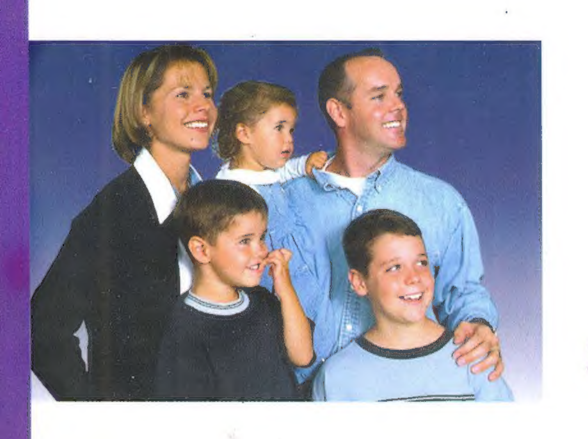
تقول سوزان بيج، مؤلفة كتاب «الآن وقد تزوجت، لماذا لا يكون كل شيء على ما يرام؟» عن هذا الكتاب:
«إنه كتاب مفيد وملهم... إنه عمل جليل. فإذا كنت أباً فلا تتنازل عن الحصول عن تلك الجوهرة».

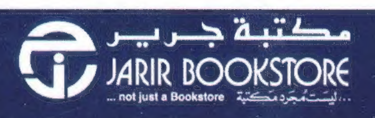
# كيف ينشئ الآباء الأكفاء أبناءً عظاماً

واثقين بأنفسهم
ناشطين، ودودين،
محبين للحياة،
منضبطين،
متفوقين، وسعداء!



## السمات الست الأساسية للآباء الناجحين


د. آلان ديفيدسون
وروبرت ديفيدسون

# كيف ينشئ
# الآباء الأكفاء
# أبناءً عظاماً


بسم الله الرحمن الرحيم

# كيف ينشئ الآباء الأكفاء أبناءً عظاماً

واثقين بأنفسهم، ناشطين، ودودين،
محبين للحياة، منضبطين،
متفوقين وسعداء

السمات الست الأساسية للآباء الناجحين

د. آلان ديفيدسون، وروبرت ديفيدسون






**المركز الرئيسي** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| ص.ب ٣١٩٦ | تليفون | +٩٦٦ ١ ٤٦٢٦٠٠٠ |
| الرياض ١١٤٧١ | فاكس | +٩٦٦ ١ ٤٦٥٦٣٦٣ |

**المعارض: الرياض** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| شارع العليا | تليفون | +٩٦٦ ١ ٤٦٢٦٠٠٠ |
| شارع الأحساء | تليفون | +٩٦٦ ١ ٤٧٧٣١٤٠ |
| شارع الامير عبدالله | تليفون | +٩٦٦ ١ ٢٦٤٥٨٠٢ |
| شارع عقبة بن نافع | تليفون | +٩٦٦ ١ ٢٧٨٨٤١١ |

**القصيم** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| شارع عثمان بن عفان | تليفون | +٩٦٦ ٦ ٣٨١٠٠٢٦ |

**الخبر** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| شارع الكورنيش | تليفون | +٩٦٦ ٣ ٨٩٤٣٣١١ |
| مجمع الراشد | تليفون | +٩٦٦ ٣ ٨٩٨٢٤٩١ |

**الدمام** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| الشارع الأول | تليفون | +٩٦٦ ٣ ٨٠٩٠٤٤١ |

**الاحساء** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| المبرز طريق الظهران | تليفون | +٩٦٦ ٣ ٥٣١١٥٠١ |

**جدة** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| شارع صاري | تليفون | +٩٦٦ ٢ ٦٨٢٧٦٦٦ |
| شارع فلسطين | تليفون | +٩٦٦ ٢ ٦٧٣٢٧٢٧ |
| شارع التحلية | تليفون | +٩٦٦ ٢ ٦٧١١١٦٧ |

**مكة المكرمة** (المملكة العربية السعودية)

| | | |
|---|---|---|
| أسواق الحجاز | تليفون | +٩٦٦ ٢ ٥٦٠٦١١٦ |

**الدوحة** (دولة قطر)

| | | |
|---|---|---|
| طريق سلوى - تقاطع رمادا | تليفون | +٩٧٤ ٤٤٤٠٢١٢ |

**أبو ظبي** (الإمارات العربية المتحدة)

| | | |
|---|---|---|
| مركز الميناء | تليفون | +٩٧١ ٢ ٦٧٣٣٩٩٩ |

**الكويت** (دولة الكويت)

| | | |
|---|---|---|
| الحولي - شارع تونس | تليفون | +٩٦٥ ٢٦١٠١١١ |

**موقعنا على الإنترنت** www. jarirbookstore.com



## إعادة طبع

## الطبعة الأولى ٢٠٠٤

# HOW GOOD PARENTS RAISE GREAT KIDS

## The Six Essential Habits of Highly Successful Parents

ALAN DAVIDSON, Ph.D., and
ROBERT DAVIDSON






# المحتويات


| | |
|---|---|
| مقدمة : قواعد الأبوة الرئيسية | ١ |
| **الفصل الأول** : التواصل | ٢٩ |
| **الفصل الثانى** : تشجيع النمو الفكرى | ٨١ |
| **الفصل الثالث** : التأديب | ١٤١ |
| **الفصل الرابع** : غرس احترام الذات وتقديرها | ١٨٩ |
| **الفصل الخامس** : تعليم القيم | ٢٣٩ |
| **الفصل السادس** : تشجيع الاجتماعيات | ٢٩٥ |
| **الملحق الأول** : المهارات الأبوية اختبار ومراجعة | ٣٤١ |
| **الملحق الثانى** : دليل سريع للقضايا المهمة | ٣٧٣ |
| **الملحق الثالث** : عن المقابلات | ٣٨٧ |

مقدمة :

# قواعد الأبوة الرئيسية

يقدم هذا الكتاب مجموعة من النصائح القيمة فى التربية الناجحة للطفل لقطاع عريض من الآباء والأمهات الذين حققوا نجاحاً كبيراً فى هذا المجال ، وقد وضعت هذه النصائح على أساس عدد كبير جداً من اللقاءات مع آباء وأمهات لأطفال تم وصفهم من قبل مديرى المدارس الثانوية بأنهم " أبناء رائعين " . يعرض هذا الكتاب رؤية حقيقية لأنواع عديدة من العائلات : العائلة الأرستقراطية ، العائلة ذات الدخل المنخفض ، العائلة ذات العائل الواحد وقد اكتشف جميعهم أن هناك ستة عناصر رئيسية تشكل تربية الطفل . هذه العناصر هى التى وُضع على أساسها هذا الكتاب وهى : **التواصل ، وتشجيع التطور الفكرى ، والتهذيب ، وغرس احترام الذات ، والتعريف بالقيم ، وتشجيع الاجتماعيات .**

يختلف كتابنا هذا عن غيره من الكتب الأخرى التى تتحدث عن الأبوة فى جانب واحد مهم : يتمثل فى أنه لا يعيد تكرار مشاكل تنشئة الأطفال والديناميكية النفسية للعائلات ذات الاختلال الوظيفى ، ولا يعتنق نظريات بُنيت على أساس معاناة المؤلفين فى تنشئة أطفالهم ، ولكنه يعتمد فقط على شواهد صادقة ومحايدة تم

تجميعها على مدار ثمانية عشر شهراً من اللقاءات مع " خبراء حقيقيين " ـ آباء وأمهات لأطفال أسوياء مهذبين وسعداء لأقصى درجة .

إن الرضا الداخلى ، والكفاءة ، والاعتماد على النفس تلك الصفات التى اتسم بها هؤلاء الأبناء ، وقد كان آباءهم وأمهاتهم يوجهون جل اهتمامهم فى مساعدة أبناءهم على اكتشاف ذواتهم ، وتطوير شخصياتهم وإدراك إمكانياتهم .

عندما فكرنا فى مشروع وضع هذا الكتاب ، وبدأنا بعض الأبحاث الأولية ، لاحظنا شيئاً مثيراً للانتباه ، وهو أن المكتبات العامة أو محلات بيع الكتب لم تكن تقدم كتباً تعرض الحياة الحقيقية لآباء وأمهات الأطفال الأسوياء السعداء عرضاً مفصلاً ودقيقاً ؛ فالكتب القليلة المتاحة فى هذا الصدد تقدم نظريات أساسها الوحيد وجهة نظر مؤلفيها الخاصة ، أو الممارسات الطبية ، أو خبراتهم الشخصية فى تربية أبناءهم ، وفيها إعادة وتكرار للمشاكل المختلفة والمحتمل أن يواجهها الوالدان ، مثل : غيرة الأبناء ، التبول اللاإرادى ، الصراخ ، التمرد ... وهكذا . فى كتب تحمل عناوين مثل : الحب القاسي ، المراهقة ، الأبوة منبع توجيهات دائمة ، وعندما يقوم الأبناء المتازين بتصرفات سيئة . وقد اقتنعنا من خلال ذلك بأن هناك ضرورة ملحة لإصدار كتاب مثل كتابنا هذا ؛ فنحن نريد أن ندرس الجانب المختلف تماماً وهو : العائلات السوية وأسرار نجاحها .

نحن نريد أن نقدم إجابة للسؤال المهم : ما الذى يجعل من فئة قليلة من الأطفال أبناءً متميزين ؟ وهكذا توجهنا إلى المصدر مباشرة ، حيث انكشف لنا ما فى المنجم ، ففى كل منزل لكل من هؤلاء الأطفال المتميزين وجدنا ، بل اكتشفنا ثروة نفيسة من المعلومات القيمة

التى كانت بداية لتكوين إجماع فكرى مثير على طرق تربية الأطفال المستخدمة من قبل آباء وأمهات ذوى فاعلية فائقة .

## البحث عن الخبراء الحقيقيين

يناقش هذا الكتاب الطريقة التى يربى بها الأبوين أطفالهم ، لا ليصبحوا تلاميذ متفوقين دراسياً فقط ، ولكن ليصبحوا أيضاً أبناءً ذوى شأن ، يمتلكون الثقة بالنفس والحب الحقيقى للحياة ، ويتميزون بأنهم اجتماعيون وودودون ، وأسوياء بصورة رائعة ، ومحبوبون ، وبسطاء ، ومفعمون بالنشاط ، ومستمتعون باكتساب الخبرات ، يفضل المدرسون عادة العمل مع هذا النمط من التلاميذ لأنهم متفائلون لديهم طموحات كثيرة ، وسريعو الاستجابة ومحبون للبحث ، وحتى آباء أصدقائهم يحبون صُحبتهم ، وهم ليسوا بالضرورة ممن يقضوا أوقاتهم منكبين على الكتب طيلة الوقت ، كما أنهم لا يمتلكون مواهب غير طبيعية . إنهم فقط أبناء رائعين ـ مع شيء من الاختلاف .

بمجرد أن طلبنا من مسئولى المدارس أن يساعدونا فى التعرف على هؤلاء التلاميذ ، أدركنا أننا بدأنا شيئاً مثيراً ؛ فقد استجاب جميع رؤساء ومستشارى ومديرى المدارس لطلبنا دون استثناء ، وبحماس غير مسبوق ، وعلى الفور وضعنا أيدينا على نوعية التلاميذ التى شكلت نماذج ممتازة لموضوع الكتاب . قال عدد كبير من المستشارين : " كتابكم هذا فكرة رائعة " ، وقال أحد المديرين : " لدى تلميذ يُعد نموذجاً ممتازاً لموضوع كتابكم " ، وقال آخر : " رباه ، ماذا لو

استطاع كل أبوين استخدام كتاب كهذا ! لدى ثلاثة من التلاميذ يصلحون نماذج ممتازة لموضوع كتابكم " .

في مكالمة تليفونية مع أحد مسئولى المدارس ، ظهر واضحاً أحد الاختلافات بين التلاميذ الموصى بهم من قبل مديرى المدارس وبين غيرهم من عموم التلاميذ ، كان المدير قد رشّح لنا إحدى التلميذات كنموذج لدراستنا ، وبالصدفة دخلت هذه التلميذة إلى مكتب المدير أثناء المكالمة ، فطلبنا منه إذا كان من الممكن أن نتحدث إليها عبر التليفون طالما أنها موجودة ، لم يمانع المدير وناولها التليفون ، وبعلمنا أن متوسط مشاهدة الطفل الأمريكي للتلفاز يتراوح بين أربع إلى ست ساعات في اليوم الواحد ، سألناها سؤالاً سريعاً : " كم عدد ساعات مشاهدتك للتلفاز ؟ "

أجابت قائلة " حوالى أربع ساعات " .

وبشيء من التشكك سألنا : " أربع ساعات ؟ "

أضافت مبددة شكوكنا : " في الأسبوع " .

وكانت هذه دلالة بسيطة تبين سبب اختيار المدير لها دون غيرها من التلاميذ ، فهى تشاهد التلفاز بنسبة أقل تسعين بالمائة عن غيرها من التلاميذ ، تاركة تسعين بالمائة من الوقت لعقلها كي تحركه وتستغله بطريقة إيجابية لا سلبية .

اختلاف آخر يقع في قدرة هؤلاء الأبناء الخارقة على التفوق على الرغم من أن بعض الظروف القاسية جداً قد واجهتهم ، على سبيل المثال : " جيرى جونز " طالب ثانوى لا يمتلك أى شكل من أشكال الأسرة على الإطلاق ، يعيش وحيداً في شقة من غرفة واحدة صغيرة ، ومع ذلك فهو ينجح بتفوق ويخطط للالتحاق بإحدى الجامعات الكبيرة ، يعيش بعيداً عن والديه ، اللذان قد وجدا في

مكان آخر من الدولة وظائفاً مناسبة لهما ، لقد كانا أفقر حتى من أن يحضرا حفل تخرجه ليصافحاه ويحتضناه مهنئين إياه . ماذا فعل والداه في سنين عمره الأولى والحرجة فيكسباه مثل هذا الاكتفاء الذاتي ؟

كانت " تامي " ـ كنموذج ثان ـ تعيش مع أمها وأبيها وجدتها وجدة أبيها ـ ولم يكن أي منهم يتحدث الإنجليزية ـ وكانوا جميعاً يعيشون في ضاحية فقيرة في " سان فرانسيسكو " حيث المنازل ذات النوافذ الحديدية والرصيف القذر الذي يحوط الفناء الأمامي . يمتلك أبواها متجراً صغيراً جداً ، وقد أرسلا ابنتهما الثانية إلى إحدى الجامعات الكبيرة الراقية . تتحدث " تامي " لغة إنجليزية سليمة خالية من الأخطاء ( بالإضافة إلى اللغة الفرنسية ، ولغات الماندرين والكاتونيز الصينية ) ، وهي التي قامت بالترجمة بيننا وبين والديها أثناء لقاءنا بهم ، وقد ارتدينا وقتها الحذاء الصيني الذي قدموه لنا عند باب المنزل .

لابد وأن شيئاً ما قد حدث لهؤلاء الأطفال في طفولتهم مكنهم من اكتساب صفات لا يمتلكها الأطفال الآخرون ، وهي التي ساعدتهم على تخطي الضغوط والمحن التي ـ غالباً ـ ما تعوق الأبناء ، ما هذا الشيء ؟ وكيف كان مختلفاً ؟ ولماذا يكون له مثل هذا التأثير ؟ وكيف يمكن للأطفال الآخرين الاستفادة منه ؟ هذه هي الأسئلة التي سوف تجيب عليها الفصول التالية .

لقد قضينا مئات الساعات نجلس على أشكال متعددة من قطع الأثاث ما بين أريكة دانمركية وثيرة مصنوعة من الجلد ، وبين متكأ قديم متهاوي ، شربنا قهوة ، وشاياً صينياً ، ومياه غازية ، وعصير

جزر ، وحتى " الأوفالتين " شربناه فى مطابخ وحجرات الطعام بشقق صغيرة جداً فى عمق المدينة ، وفى منازل فسيحة بأعلى الهضاب ، نحاول أن نتعرف على هذا الشيء المختلف الذى فعله أباء وأمهات الأطفال محل دراستنا ، وقد واجهنا فى دراستنا ما يدحض الأسطورة القائلة بأن تربية الأطفال هى تجربة ذات دروب وعرة محفوفة بكل أنواع المعاناة ، فى الحقيقة ليس كل طفل يحبو يتعثر ، كما أن ليس كل المراهقين مسببي مشاكل .

لقد مالت قامتنا واستقامت أثناء اللقاءات التى أجريناها بحثاً عن " المشكلة الكبرى " التى اعتقدنا أنه ربما يحاول الآباء كتمانها ، ولكن دون جدوى . لماذا ؟ لأنه ليس لهذه المشكلة وجود ، فقد تحققنا وعلى وجه الدقة أن الأبوين الناجحين لا يواجهان فى تربية أبناءهما الرعب الذى يرد ذكره فى العديد من كتب الأبوة التى مرت بنا ( يسرد أحد هذه الكتب قائمة أبجدية بالكوابيس التى قد تواجه الأبوين ، يبدأها بالعدوانية وإدمان الكحول ، وفقدان الشهية ، حتى التبول اللاإرادى والشراسة ... إلخ ) .

استطاع هؤلاء " الخبراء الحقيقيون " ـ من خلال الغريزة أو البحث أو طريقتهم الخاصة فى التربية ـ أن يجدوا أساليب لتنشئة أبناء سعداء متميزين دون خوف أو فشل ، ونحن نحاول من خلال هذا الكتاب أن نلقى الضوء على هذه الأساليب ، وعلى أوجه التشابه بين كل فلسفة وأخرى من تلك التى يطبقها الآباء والأمهات فى تربية الأبناء ، انظر تلك الفلسفة لواحدة من الأمهات ، وكم هى واضحة ومباشرة :

**إن تربيـة الأبنـاء هـى أقـرب إلى صـناعة فطـيرة الكعـك منهـا إلى صناعة نوع ما من الحلوى الرقيقة ؛ فنحن عندما نصنع فطيرة الكعـك نضع كل المقادير المطلوبـة معـا ، ثـم ندخلـها الفـرن وننسـى أمرهـا ، ونتركها لفترة حتى يتضاعف حجمها ويكتمـل نضـجها ، لا نتـدخل بأية إضافات أو لمسات نهائية ، إلا أننـا نـداوم فـتح البـاب ، وغـرس خله الأسنان بها ، ولكننـا لا نقلـق عليهـا . فسـوف يكتمـل نضـجها وتخرج فى صورة جيدة .**

لم نجد شخصاً كاملاً من بين هؤلاء الآباء والأمهـات الـذين التقينـا بهم ، ولا حتى أطفالهم ، ولقد أوضحنا لمسئولى المـدارس منـذ البدايـة أننا لا نبحث عن أطفال ممتازين ممن يحصلون على الدرجات النـهائية ولا يخلو سجلهم من أى شائبة ، لكننا نبحث عن أطفال يمرون بكـل المراحل الطبيعية التى يمر بـها أى طفل .

كما سنرى فى الفصول القادمة أن الاختلافات الخطيرة بـين هـؤلاء الآباء والأمهات وغيرهم من الآباء والأمهات الأقل فاعلية هـى : ( ١ ) أنـهم متوافقين ، وعلى دراية ، وأصحاب بصيرة نافذة . ( ٢ ) يعرفون واجباتهم ويؤدونـهـا بإيجابيـة فـى الوقـت المناسـب وعنـد الضـرورة . ( ٣ ) يؤدون أدوارهم كآباء بسلاسة واهتمـام . ( ٤ ) أمـا الطفـل فهـو إنسان يتـنفس ، ويفكـر ، ويشـعر ، وعلـى درجـة عاليـة مـن الـذكاء والتميز فى كل مرحلة عمريه يمر بـها .

لقد اكتشف الآبـاء والأمهـات ـ الـذين التقينـا بهـم ـ أن التواصـل الفكرى هو أساس برنامجهم التربوى ، فمن خلال التواصل الفعال فقط استطاعوا أن يشجعوا تطور أبنائهم الفكرى ، وأن يغرسوا فيهم احترام الذات ، وأن يقوِّموهم بالطريقة المثلـى ، ولكـى يكسـبوهم القـيم التـى

سنطرحها فى الفصل الخامس ويساعدوهم على التواصل الاجتماعى ـ العنصر السادس من عناصر الأبوة الرئيسية ـ كان على هؤلاء الآباء والأمهات أن يستحضروا ويطبقوا كل العناصر الأخرى التى تميز الأبوة والتربية الناجحة .

سوف ترون ماذا وراء نجاح وتوفيق هؤلاء الآباء والأمهات ، وكيف يمكنكم أن تستخدموا وتطبقوا هذه العناصر الستة بنفس أفكارها وفلسفتها ومهاراتها على أنفسكم وأسركم ، بغض النظر عن مستوى أطفالكم وقدراتهم ، عندما سألنا إحدى الأمهات عن أفضل سن يكون فيه الطفل أكثر تقبلاً للتوجيه ، قالت مؤكدة : " الآن ! الآن هو الوقت المناسب لبدء ذلك " . فى أى سن يستطيع الأبناء أن يتحسنوا ويتقدموا وينجحوا ، إن الفرصة لا تضيع أبداً ، واسترسل زوجها يشرح لنا كيف أن التحصيل الدراسى لابنهم ـ فى بداية المرحلة الثانوية ـ كان متوسطاً ، ولكن ومع نهاية المرحلة الثانوية تحسن مستواه لدرجة جعلته يقرر أن يغير اتجاهه ويأخذ الفصول الدراسية المؤهلة للجامعة .

**بالتأكيد لم يفوت الأوان ، كما قد يعتقد البعض . وأصبح " ريك " فجأة أكثر استجابة لنا بطريقة لم نعهدها فيه من قبل . ساعدناه على اكتساب عادات دراسية جديدة وصحية . ساعدناه أيضاً على تحسين مستواه بالمطالعة وأحضرنا له مدرساً خصوصياً للرياضيات . وببعض التوجيهات والإرشادات الجديدة تمكن " ريك " من التخرج ، وكان من أوائل فصله تماماً كما كنا دائماً نخبره بأنه يستطيع أن يفعل ذلك .**

وعلى العكس من ذلك ، إذا فضلت ابنتك أن تصبح فنانة أو موسيقية ، وليست أستاذة جامعية أو سيدة أعمال كما كنت تأمل لها ، يمكنك أن تساعدها على تحقيق حلمها ، وإليك فيما يلى تعبير أحد الآباء :

> بدلاً من أن نتشبث بإصرار بأملنا المزعوم فى أن تلتحق " روندا " بكلية الطب أو بدراسة سوق المال ، أدركنا أخيراً أنه لابد لنا أن نساندها ونساعدها فى الالتحاق بمدرسة فنية جيدة ، ونحن على يقين الآن أنها كانت على حق طوال الوقت ؛ لأنها عندما جاءت لزيارتنا فى عطلة نهاية العام . شكرت مساندتنا لها وقالت والدموع فى عينيها أنها تعيش أسعد أيام حياتها .

بتعلمك قواعد لعبة التربية ، واتباعك نصائح الآباء والأمهات ذوى الخبرة التى أوردناها ، يمكنك أن تنشئ أطفالاً سعداء متميزين مثل هؤلاء الذين قابلناهم . كلمة لعبة هنا مجاز ، وربما تكون هى اللفظ المعبر فى حد ذاته : فبدلاً من أن ننظر إلى تربية الأطفال على أنها مهمة ثقيلة تستغرق العمر كله ، دعونا ننظر إليها على أنها تحد مثير وشيق ومجز أيضاً ، فكما فى كل لعبة رياضية ، تتضمن لعبة التربية أيضاً مرحلة التدريب : مخالفات ، وتأجيلات ، وعقاب ، وعدم ثقة بخطة اللعب ، وكذلك أخطاء كثيرة وإخفاقات .

يشبه الآباء والأمهات ـ الذين تقرأ عنهم فى هذا الكتاب ـ المدربين الناجحين ، فهم واثقون حقاً وعلى استعداد دائم لتجربة أسلوب لعب جديد ، وكانوا كلما مارسوا هذا الأسلوب كلما تمكنوا من هذه العناصر ( العناصر الستة للأبوة الناجحة ) .

## أوقات عصيبة للأبناء العظام

قالت مديرة إحدى المدارس :

**يعتمد العديد من الآباء والأمهات المتفائلين على النظام التعليمى فى تلقين أبناءهم الأساسيات التى يجب أن يتعلموها فى البيت ، لكن المدرسين حقاً ليس لديهم الوقت ولا الرغبة لتربية الأبناء ، إنهم يسعون لتعليمهم لا تربيتهم .**

ولما كانت ميزانية التعليم قد انخفضت هذه الأيام وأصبح المدرسون يواجهون مهمة شاقة لتأديب التلاميذ بدلاً من تعليمهم ، فإن العديد منهم قد فقد حماسه . والبعض منهم قد تخلى عن المهنة ، جاعلين دور الآباء أكثر حساسية من أى وقت آخر ؛ فالمدرسون يفضلون العمل مع تلاميذ يتحلون بالانضباط الذاتى والحماس كى يستطيعوا استيعاب المواد الدراسية الجديدة .

وواصلت مديرة المدرسة قائلة :

**إذا لم ينتبه الوالدان للقواعد ، وإذا لم يندمجوا فى العملية التعليمية بجدية ، فسوف يضيع وقت الأبناء هباءً ، إنهم فى حاجة لأن يدخلوا الساحة وهم على أهبة الاستعداد ، وهذا بالتحديد هو دور الأبوين .**

واسترسلت قائلة إنه ولكى ينجح آباء وأمهات هذه الأيام ، عليهم أن يتعلموا كيف يتعاملون مع أكثر قضايا هذا العصر

تعقيداً ، وأن " يقاوموا أى قوة تحاول أن تقيد مجهودات أبنائهم كى يعيشوا وينجحوا " . تؤمن مديرة المدرسة هى والغالبية العظمى من الآباء والأمهات اللذين قابلناهم أن أكثر هذه القوى تأثيراً هى وسائل الأعلام .

## بداية ظهور المشكلات

مراراً وتكراراً نسمع الآباء والأمهات يشجعون استخدام وسائل الإعلام بدون رقابة ـ خاصة التلفاز ـ على الرغم من أنهم يؤمنون تماماً أن التأثير السيئ لوسائل الإعلام المتاحة اليوم يمكن أن يكون له نتيجة وأثر هدام على تربية الأطفال ؛ فقد سأل أحد الآباء سؤالاً بليغاً عن مدى تأثير برامج العنف والرعب والجنس على مفاهيم الأبناء وقيمهم ونظرتهم للواقع وسلوكهم . وأب آخر ممن تحدثنا إليهم لم يُعر كل هذا أى اهتمام بل كل ما هنالك بالنسبة له أنه لا يريد امتلاك التلفاز .

**وعندما يحدث شئ خطير يزلزل الأرض أو ذو أهمية إخبارية كبيرة ـ نهائيات رياضية مثلاً أو انتخابات أو ما شابه ـ لابد أن نتابعه ؛ لأن القراءة عنه غير كافية يمكننا ساعتها أن نؤجر تلفازاً ليوم واحد أو اثنين . عدا ذلك ، يمكننا أن نجد شيئاً آخر أفضل من الجلوس لمدة ساعات أمام هذا الجهاز الأحمق الذى لا عقل له .**

آباء آخرون ممن قابلناهم لا يمنعون مشاهدة التلفاز منعاً مطلقاً ، ولكنهم أيضاً لا يعطون أبناءهم الحرية المطلقة للجلوس أمامه ، وقد

أكد العديد منهم أنه عندما كان أبناؤهم فى التاسعة والعاشرة من العمر كان هناك وقتاً محدداً لمشاهدة التلفاز . استرسل أحد الآباء متهكماً عن مشاهدة فريق غنائى يتمايل " مثل الطاووس المتأنق " مستجدياً إعجاب الجماهير . " أين ( فى هذه البرامج ) سماحة النفس والتواضع الذى أحاول أن أغرسه فى أبنائى ؟ " هكذا كان سؤاله . أشار والد آخر إلى مدى تأثير الإعلانات التجارية على الأبناء وقال :

**إن واجبنا كآباء وأمهات أن نكون بقرب أبنائنا لكى نتغلب على تأثير هذه الإعلانات . سيكون من الصعب جداً على أبنائنا أن ينموا بشكل طبيعى دون أن تُشوه نظرتهم تماماً لما هو حقيقى وما هو مهم .**

أبناؤنا ليسوا مهيأين للتعامل مع تلك الرسائل الإعلانية الشرسة التى تصرخ فى آذانهم : " الجمال ضرورة حيوية للسعادة " . " إن اللانظام وحتى الجنس العشوائى هو الأصل " ، " العنف هو أسلوب حياة " ، " تخطى الطفولة واجعل من نفسك شخصاً بالغاً الآن ! " .

ربما يستطيع الشخص البالغ أن يميز بين الغث والسمين ويفرق بين الحقيقة والخيال ، ولكن ماذا يدور فى العقول الطيعة لطلبة المدارس عندما يتنقلون بين قنوات التلفاز ، أو يقلبون صفحات مجلة صُممت خصيصاً للبالغين ؟ تقول إحدى الأمهات عن تربية طفل جيد إنها تتطلب من الوالدين أن يقاوموا هذه الرسائل الموجهة من وسائل الإعلام بضراوة لا هوادة فيها .

نحن فى مواجهة معركة ، ولكى نكسبها لابد أن يكون لدينا بيان واضح وجرىء يخترق كل هذه التجاوزات . يجب على الوالدين أن يخبروا أبناءهم فى كلمات محددة أن الجمال والأزياء والمكياج والموضة ـ كل هذه الأشياء التى يقدسها مجتمعنا ـ ليست هى كل شيء ! يجب عليكم أيها الآباء وأيتها الأمهات أن تتصدوا لهذه الحرب ! أخبروا أبناءكم أن يرفضوها ، اطردوها من عقولهم لأنها ليست حقيقية ، إن الشيء المهم حقيقة والذى يجب أن يشغلهم بدلاً من ذلك هو ما يسكن العقل ويحرك القلب .

هل ذلك الأمر مربك ومحير للأبناء ؟ نعم . لمن يستمعون ؟ هذا يتوقف على عدة أشياء . لقد اختار الآباء والأمهات التواصل ـ كأول عنصر من العناصر الستة ـ ولسبب وجيه . قال أحد الآباء :

**إذا لم تستطع أن تتواصل مع أبنائك ـ والأسوأ من ذلك ، ألا يستطيعوا هم التواصل معك ـ سيكون للمجتمع ساعتها اليد العليا فى التعامل معهم ؛ لأنهم أضعف من أن يميزوا بين الحقيقة والخيال . والوهم قد يتحول إلى خداع مستمر ، وأحياناً لا يكون له نهاية .**

لكن يمكن تجنب مثل هذه المشكلات وذلك باستخدام السمات الست للآباء الناجحين ، يمكنك أن تجعل أبناءك يقلعون عن العادات السيئة مثل مشاهدة التلفاز دون حدود ، والإفراط فى الاستهلاك والاهتمام المبالغ فيه بقشور الأشياء ، وأن تقودهم لممارسة أنشطة مختلفة مثل : القراءة والرياضة ، أو هوايات مثل : العزف على الآلات الموسيقية .

إن الخبراء الحقيقيين من الآباء والأمهات لهم طرقهم الخاصة فى عرض الأنشطة الإيجابية ـ دون المبالغة فى ذلك ـ فهم لم يبادروا ويقروا لأبناءهم الشيء المهم ، وإلى أين تتجه اهتماماتهم ، بل ساعدوهم على اكتشاف ميولهم واتجاهاتهم ، لم يفرضوا أهدافهم الخاصة على أبنائهم ، ولكن سمع العديد منا عن آباء آخرين يفعلون ذلك . البعض أخبرنا أنهم طلبوا جداول الأنشطة وشاركوا فى كل نشاط ممكن تصوره من الموسيقى إلى فن البالية ، وفنون أخرى ، واللغات ، والفروسية ، وكرة القدم ، وقد أخبرنا أحد الآباء كيف أنه قد وقع فى هذا القالب نفسه ، ووجد صعوبة بالغة فى التحرر من آماله حتى أدرك المشكلة ، والتى تمثلت فى آماله هو لا آمال ابنه .

**كان قد تم ترشيحى لتدريب فريق ابنى ذى الست سنوات للأشبال فى لعبة كرة القدم ، قاومت فى البداية ولكننى وجدت نفسى فى النهاية أتطلع إلى مساء كل يوم سبت بتعجل شديد . بدأت أترك العمل مبكراً يوم الجمعة لكى أسترجع لمئات المرات أساليب لعب جديدة أكون قد ابتكرتها أثناء الأسبوع ، متضرعاً إلى الله أن تقود الفريق للفوز ، ولم أستغرق وقتاً طويلاً كى أدرك أن اللعبة أصبحت تمثل لى أهمية أكثر من أهميتها لدى ابنى ، وفى الواقع كان لها تأثير على علاقتنا . كان خفقان قلبى عند كل هدف نفقده تنبؤ بأن هناك شيء جاد جداً يربطنى بهذا النشاط ( المثابرة الأبوية ) ! قد يكون هذا الشيء ، أو هواجس النصر ! ربما ، ثم صدر من ابنى تعليق كان بمثابة آخر ما ساهم فى تحسن عملى كمدرب : " أبى ، أنا لا أريد أن ألعب كرة القدم هذا الأسبوع ، هل من الممكن أن نذهب للصيد أو أى شيء آخر ، فى الحقيقة أنا لم أعد أحب كرة القدم كثيراً الآن " .**

وهكذا وبعد هذه الإفاقة ، أصبح المدرب " ويلسون " أباً مرة أخرى بعد أن أقلع عن مسئوليات التدريب ، وعن التهاب الحنجرة الذى كان يصيبه فى نهاية كل أسبوع . وتنازل عنها لأب جديد متحمس قُدِّر له أن يسلك الطريق الصعب .

## العناصر الثانوية

يحتاج الطفل إلى ما هو أكثر من الطعام والنوم والتدليل ، فالطفل ذو الخمس سنوات من عمره يحتاج إلى من يؤكد له أن اليوم الأول له بالمدرسة ليس آخر عهده بالحياة ، كما يحتاج عندما يلتحق بالمدرسة الثانوية إلى حجة وجيهة لإقناعه بأنه لا يستطيع أن يأخذ مفاتيح السيارة لكى يتدرب على القيادة ، خاصة مساء الجمعة ! وإذا كان أصدقاؤه المراهقون ( من سيقلهم معه لحظة اندفاعه خارجاً من الباب حاملاً هذه المفاتيح ) الذين تربوا على أن آبائهم وأمهاتهم يسمحون لهم بالتدخين وهم فى الثالثة عشر من العمر ، أو يشربون " قليلاً من البيرة " فى الخامسة عشر ! كيف يمكنك أن تقاوم مثل هذا التأثير السلبى ؟ كيف تحصِّن أطفالك بالشجاعة التى تجعلهم يأخذون موقفاً غير مألوف ويقولون : " لا ، شكراً . " لأقران بهذه الجرأة كل فكرتهم عن الوقت الطيب هو تعاطى المخدرات ؟ باختصار : كيف يمكنك أن تربى أبناءك ليصبحوا " أبناءً عظاماً " مثل هؤلاء الذين نعرفهم بدراستنا ، أبناء يتحلون بالأخلاق الحميدة والقدرة على ضبط النفس والاعتماد عليها ، ناهيك عن السلوك المثالى والمستوى الدراسى الممتاز ؟

سوف تعثر على إجابات لهذه الأسئلة عندما تقرأ عن السمات الست للآباء الأكفاء . ولكن وقبل أن تتعرض لهم ، قد يساعدنا أن نتعرف على العناصر التمهيدية ، وماذا كان دورها فى هذه القضايا المهمة ، هذه العناصر ليست جديدة أو مختفية لكنها تتبدى لنا بالمراقبة الدقيقة لتطبيقاتها .

إن عنوان هذه القائمة " المبادئ الثانوية " يبخسها قدرها بشكل كبير كواحدة من المعتقدات والدعائم الرئيسية للعائلات التى سوف نتعرض لها . دعنا ننظر إلى أول عنصر بهذه القائمة وهو الاحترام .

## • الاحترام

عندما طرحنا سؤال : " فى اعتقادك ما أهم مظاهر تربية طفل سعيد ، حسن السلوك ؟ " كانت أغلب الإجابات شبيهة بإجابة هذا الأب : " معاملتهم بالاحترام الذى نحب أن نُعامَل به - نحن البالغين - حتى ولو كانوا صغاراً جداً " . قالت إحدى الأمهات : " نحن لا نتحدث مع أطفالنا حديث الصغار أبداً ، حتى عندما كانوا فى المهد ولا يفهمون أى شيء مما نقوله " .

وروت أم أخرى قصة شبيهة :

**عند ولادة " ليز " ابنتى ، وكنا مازلنا بالمستشفى ، كنت أحتضنها وأتحدث إليها ، دخلت المرضة وقالت : " أنت أم جيدة " . التفت إليها سائلة : " ماذا تقصدين ؟ " قالت إنها تندهش دائماً عندما ترى الأمهات لا يتحدثون إلى أطفالهم ، كانت تشعر أنهم لا يحترمون أطفالهم ولا ينظرون إليهم كمخلوقات صغيرة متلهفة**

**للتعرف على العالم ويستحقون الاحترام والتقدير منذ اليوم الأول لولادتهم .**

قال أحد الآباء إنه عندما يحتد النقاش بينه وبين أبنائه الكبار ، يجلس معهم ويسألهم عن فكرتهم عن الابن المتميز وماذا يجب عليه أن يفعل لكى يصبح هو أباً متميزاً كما يريدون :

**قد أبدو ظالماً لنفسى بهذه السياسة التى تبدو متساهلة ـ وأحياناً ما يحدث ذلك ـ لكنه نادر الحدوث . أبنائى يعرفون جيداً أننى سوف أحاسبهم إذا تخطوا حدودهم ، لكنه لم يحدث أنهم فعلوا هذا أبداً ، وعلى الرغم من ذلك ، أنا متأكد أنهم لم يفعلوه خوفاً من حسابى لهم ، وإنما بسبب الاحترام المتبادل الذى نكنه لبعضنا البعض .**

## • الإعجاب

من الصعب وصف تأثير الإعجاب على سلوك الأطفال فهو كالسحر . وهو أيضاً يغرس احترام الذات والآخرين ، بل يفعل الأكثر من ذلك ؛ فبمرور الوقت يغرز رابطة الأبناء بوالديهم . على الرغم من أن هذا يخرج دائماً من القلب ، إلا أن الأبوين قد أقرا بأن إحدى النتائج غير المقصودة للإعجاب هى سلوك أفضل لأبنائهم . قالت أم لصبى عمره خمسة عشر عاماً أنها أحياناً ما تطلق عبارة مثل " إنك ابن منظم ، ونحن فى الحقيقة سعداء لوجودك معنا " . ثم تنصرف لما تفعله .

وكما سنتعرض بالنقاش فى الفصل الرابع ، إن المحك الحقيقى لوجود الإعجاب هو أن يكون إعجاباً حقيقياً وصادقاً لا يثير غرور الطفل . إذا كان سلوك الطفل لا يبرر مثل هذه العبارة ، فسيكون هو أول من يُضار منها .

## • الحب غير المشروط

إن الحب غير المشروط ـ دون شرط أو قيد ـ مضافاً إليه التعاطف والتفاهم ، يمكنه أن يقوى رابطة الأبوين بأبنائهم . يحدثنا السيد " فيلان " ـ والد طالبة الثانوى ـ عن ابنته عندما كانت فى الخامسة عشر من عمرها ، أنه كان من عادته أن يسمح لها أن تقود سيارة الأسرة إلى الطريق العام لكى تتدرب على القيادة . وفى إحدى هذه المرات وعندما كانت تُدخل السيارة إلى المرأب ، أخطأت وضغطت على دواسة البنزين بدلاً من الفرامل ، محطمة الحائط الخلفى وقفص الببغاء .

عندما استقرت الأوضاع ودلفت " سوزان " إلى المنزل وهى ترتعش ووجهها شاحب مثل القط المذعور ، كانت منتحبة ومنهارة ، وحاولت أن تصف ما حدث . اقتربتُ منها واحتضنتها ، وأخبرتها ألا تحاول أن تشرح ؛ لأن هذا لن يغير من الأمر شيئاً ، وقلت لها : " لن تخطئ مكان دواسة البنزين مرة أخرى أبداً ، وأنا سعيد جداً لأنك أقوى من السيارة ، وقفص الببغاء " .

## • التوقع

لم يمارس الأبوان الخبيران أى ضغوط على أبنائهم ليتفوقوا ، ولم يجبروهم على أن يكونوا أوائل فصولهم ، كان هناك فقط توقع ضمنى وهادئ فى كل هذه المنازل ذات الإنجازات العالية ، وكان هذا التوقع يوحى بالآتى : " طالما أن لديك المقدرة ، وطالما أنك تحسن استغلال الوقت على أية حال ، فلماذا لا تحرز أعلى الدرجات ؟ "

أخبرتنا جدة " ديكس " ـ إحدى التلميذات ـ وكانت تعيش مع الأسرة ، أنه عندما تقول ابنتها ، مدام " هوبر " ( والدة " ديكس " ) : " هذا نجاح كاف " ، تضيف فوراً قولاً مضاداً " ليس هناك كفاية فى النجاح ! "

عندما التقينا بالأسرة كانت " ديكس " تستعد للذهاب للجامعة بعد أن أحرزت أعلى الدرجات فى فصل المتفوقين ، وبدون أى ضغوط غير شعار مدام " هوبر " : " لا يوجد فى قاموسنا كلمة ( متوسط ) . "

سواء كان ذلك أداءً تقليدياً ، أو سلوكاً نظامياً يغلب على البيت ، أو نتيجة تعايش دائم معه ، إلا أن هذا التوقع الذى يسود المنازل التى زرناها هو الذى يجعل الأبناء يجتهدون للأفضل . لم يطلب منهم أحد أن يفعلوا هذا ، كل ما هنالك أن والديهم أخبروهم أنهم قادرون عليه .

عندما التقينا الطالبة " شيريل يى " ووالديها كانت قد تخرجت لتوها من المدرسة الثانوية ، وكانت تُعد نفسها للذهاب للجامعة بعد عدة أسابيع لتبدأ دراستها فى كلية الطب ، على الرغم من أنها كانت

على قمة قائمة الناجحين عندما تخرجت إلا أنها عندما بدأت كانت في ذيل تلك القائمة ، قالت :

لقد وُلدت في الصين ، ولأنني كنت الطفلة الثالثة ، لم يكن مسموحاً لي بالذهاب إلى المدرسة ، كان التعليم من حق اثنين فقط ، اضطرت أسرتي أن ترحل إلى مكان آخر حتى يمكنني الالتحاق بالمدرسة ، وعندما تحقق ذلك ، واجهت صعوبات كثيرة : كنت أتحدث لغة " الماندرين " فقط ، وكانت الدراسة في تلك البلدة بلغة " الكانتونيز " . وفي نهاية عامي الأول كان ترتيبي في قائمة الناجحين الثانية والثلاثون من ثلاثة وثلاثين طالباً ! أحزنني هذا كثيراً . لكن والداي لم يقلقا لهذا الشأن . قالوا إنني سوف أتحسن ، وأنهم يتوقعون منى هذا ، وعندما أتينا إلى هذه البلد ، ورأيت المعاناة التي مروا بها ليوفروا لنا بيتاً وفرصاً للدراسة ، أدركت تماماً لماذا ينظران إلى المرتبة الثانية في النجاح على أنها مجرد نجاح متوسط ، فهم يعتقدون أن التفوق وإحراز المرتبة الأولى هو شيء عادى ويمكن تحقيقه . وعندما طُرحت فكرة فصل المتفوقين ، أراد والدى أن أكون في هذا الفصل ، وتوقع لي أن أكون من بين العشرة الأوائل به . وقد كنت هكذا ... دائماً .

## • الصداقة

عندما سألنا " ديكس " لماذا - من وجهة نظرها - كانت طفولتها هادئة وفي تربيتها لم تكن في حاجة إلا لأقل القليل من تدخل الأبوين ، أجابت بدون أي تردد وأمها تجلس بجوارها :

أمى هى أفضل أصدقائى ، ونحن عادة ما نحترم الصداقة ، كنا دائما مرتبطين جداً ، كنت ألجأ إليها دائما فى كل أمورى بغض النظر عن طبيعتها ، ومثل أى صديق مخلص ، لم أرغب إطلاقاً فى أن أخيب آمالها ، ولم أتخل عنها أبداً .

فى بعض الأحيان تشكل مثل هذه العلاقة صعوبة فى الفصل بين الصداقة وواجبات الأمومة أو الأبوة ، لكن لحسن الحظ أن " ديكس " كانت نادراً ما تحتاج تأديباً من والدتها ، عندما كنا نتحدث تذكرت مدام " هوبر " واحدة من هذه المناسبات التى احتاجت فيها " ديكس " لبعض التقويم وهى مراهقة صغيرة ( لم تستطع تذكر الحادثة ) لكنها تذكرت قولها " أنت ممنوعة من الخروج لمدة أسبوع " لكنها ارتبكت وسألتها بسرعة ، " ليس لديك أى خطط حتى نهاية هذا الأسبوع ، أليس كذلك ؟ " وانفجرت " ديكس " ووالدتها فى ضحك صاخب عند تذكرهما لهذه الحادثة ، وأدركنا نحن من خلال ذلك أن بينهما صداقة متينة ، وأنهما يستمتعان جداً بصحبة بعضهم البعض . كانوا أصدقاء أكثر منهم الابنة والأم التى تشكل رمزاً للسلطة ، وكان واضحاً أن صداقتهم كانت عاملاً مهماً فى نجاح " ديكس " .

عبرت أم أخرى عن ذلك بعبارة بلاغية تقول : " الانسجام والتآلف فى الحياة المنزلية ـ هما أساس كل شيء " .

إضافة إلى هذه الفلسفة ، تواصل هذه الأم حديثها ، وهى أم لثلاثة من الأبناء المتميزين جداً ، قالت :

**الإنصاف هو منهل وأساس الأخلاق المطلوبة للتربية السليمة ، ضع هذا دائماً نصب عينيك ، اسأل نفسك قبل أى تأنيب أو تأديب :**

**هل فى هذا إنصاف ؟ هل سيكون مقبولاً ؟ هل سيعجبنى هذا إذا حدث لى ؟ هل سيحسن هذا من علاقتنا ، ويضفى السلام على الأسرة ، أم أننى أحاول أن أثبت به سلطتى الأبوية ، وأننى لن أتقبل أى سلوك مضاد من أبنائى ؟**

بدأت أم أخرى فلسفتها فى التربية بهذه الطريقة : " إنه شعور الصداقة ـ أكثر من أى سياسات أخرى يمكن وضعها ـ هذا هو الأسلوب الذى تستخدمه فى تنشئة الذى يخرج أبناء عظاماً " .

## • التوازن

تعيش نسبة كبيرة من العائلات التى تتمتع بوجود الأبوين معاً نفس المعادلة   أب حازم إلى حد ما ، وأم مرنة متساهلة إلى حد كبير . إلا أن الدمج بين هذا وذاك ينجح ، وذلك لأنه بالتواصل والتسوية بين الطرفين تتزن المعادلة ، واتزانها هذا يمنع سيطرة أى من الطرفين المتشددين . فعلى سبيل المثال : تصف واحدة من الأمهات نفسها بأنها " ديمقراطية ومتحررة جداً " وعلى استعداد دائم لأن تستمع لابنها ، بينما زوجها متشدد جداً ، ونادراً ما يفعل ذلك ، فهو ـ على حد وصفها ـ " جمهورى متشدد " . عند لقائنا بهم ، وبمجرد دخولنا إلى منزلهم استطعنا أن نرى الاختلاف فى شخصياتهم ينعكس بوضوح على هواياتهم : الأب نحات ضليع جداً ، وقد عرض نماذج منحوتة لطيور كبيرة منمقة فى أرجاء غرفة المعيشة ، وقد بدا أسلوبه الصارم فى التربية واضحاً فى تفاصيل عمله . على الجانب الآخر ، كانت الأم شخصية مفعمة بالحيوية ،

تستمتع بزراعة الحديقة ورعايتها ، وتمارس الأنشطة فى الهواء الطلق ؛ فهى تستمتع بمشاهدة الأشياء وهى تنمو بشكل طبيعى ( خاصة ابنها ) ، لكنها كانت تشعر بأنها مفرطة فى التساهل معه فى بعض الأحيان : فهى ترى أن الدمج بين أسلوبها المتحرر فى التربية وأسلوب زوجها المتشدد قد أوجد نوعاً من التوازن فى جهودهم التربوية ، نشأ عنه قرارات واعية ما كانت ستأتى لأى منهم بمفرده .

زوجان آخران يعيشان المعادلة معكوسة . الأم هى رمز السلطة والأب شخص لطيف متساهل يرى الأشياء كما تبدو له . إليك مثال لذلك :

**عدت يوماً إلى البيت متأخراً قليلاً . كانت " جوان " قد أعدت العشاء ، ولكن كانت هناك سحابة من الكآبة تخيم على المائدة . ألقيت عليهم التحية ؛ فنظرت إلى " باربارا " ذات العشر سنوات بوجه متجهم ، وكانت أختها ذات الثمان سنوات مكفهرة الوجه أيضاً . فسألت " ماذا حدث ؟ " فقالت " جوان " : " لا يريدون أن يأكلوا طعام الهليون " . ثم أدركت السبب . فهى قد قدمت لهم معلبات الهليون ، هذا النوع من البيض المصفر . ألقيت نظرة على هذا الشيء وقلت : " حسنا ، من يستطيع أن يلومهم يا عزيزتى ؟ إن تناول هذا الشيء اللزج يشبه تناول خنفس البحر " انفجر الجميع بضحك صاخب يمكنك أن تسمعه من الشارع البعيد .**

وصف أب ألمانى نفسه ، كان قد استقبلنا عند باب الدخول وهو يرتدى قميصاً أبيض مهندماً ، وشعره الرمادى الأملس مصفف للوراء ، وصف نفسه بلهجة ألمانية ثقيلة بأنه أب ريفى ، واعترف بأنه يميل إلى الصرامة ، على الجانب الآخر كانت زوجته ذات الأصل الأمريكى

الجنوبى سيدة مبتسمة ومرحة ، تشع دفئاً وسماحة وحباً . كانت متدينة جداً ؛ أشارت إلى الله عدة مرات أثناء حديثها معنا . ( الروحانية سمة سائدة لدى غالبية الآباء والأمهات موضوع الدراسة ، سوف نناقش هذا فى الفصل الخامس ) . قالت أن أحد أهدافها الرئيسية ذلك التناغم العائلى ، وقد ذهبت إلى أبعد الحدود لتحقيق هذا .

حدث ذات مرة ، عندما كانت ابنتها فى الرابعة عشرة من عمرها ، وأرادت أن تذهب إلى السينما مع صبى من عمرها للمرة الأولى . اضطرت أثناء النقاش أن تستأذن لها ولزوجها وهى تجذبه إلى داخل المطبخ لتقنعه أن رفضه المتشدد لا مبرر له ، وأن أساسه الخوف فقط .

**قلت له فى همس منفعل ، غير أنك تستطيع أن تسمع هذا الهمس فى أرجاء المنزل كله : " لقد كبرت ابنتنا بما فيه الكفاية ، إنها فى الرابعة عشرة الآن ، وأنت لن تصدق أبداً أنها كبرت ، لكن هذا حقيقة تنمو معها . علينا الآن أن ندعها تذهب ! بالإضافة إلى ذلك إننا سنأخذها إلى هناك بالسيارة ، وعندما تخرج من السينما نأخذها إلى نزهة ثم نعود بها للمنزل . ما الخطأ الذى يمكن أن يحدث هنا ؟"**

بعد عدة محاولات إقناع بليغة ومستميتة ، تمت الموافقة والتسليم بأن البنات تكبر ، وأن على الآباء أن يكبروا أيضاً .

هناك عنصر أخير لتحقيق التوازن بين الأبوين : عندما لا تكون واثقاً من نصيحة ما ، أو لست مستعداً لطلب غير عادى من أبنائك . عليك بتأجيل هذا القرار . إن من التقينا بهم من الآباء والأمهات لم

يسمحوا لأبناءهم أن يضغطوا عليهم لاتخاذ قرار متعجل ، فهم يأخذون بزمام الأمر ، ويتخذون قرارهم بشأن أى مسألة بما يتفق مع وقتهم وظروفهم ، وعلى الرغم من التباين بين شخصياتهم إلا أن ذلك ساعدهم فى الوصول إلى قرارات يقبلها الطرفان .

## رحلة الأبوة

إذا كنت أماً أو أباً جديداً قد بدأ لتوه رحلة الأبوة ، لا شك أنك تشعر بشيء من الخوف وأنت تتذكر " أدغال الأبوة " ـ إذا كنت قد غامرت بدخولها من قبل ـ فقط لكى تحارب ثعباناً أو حيواناً متوحشاً فى كل لفتة لك ، ربما لا تعرف أنه بإمكانك أن تراها بصورة مختلفة !

اتخذ من هذا الكتاب مرشداً لك مستفيداً من هؤلاء الذين اجتازوا هذه الأدغال سلفاً ، لقد ذهب الآباء والأمهات الذين قابلناهم إلى حيث ستذهب أنت ؛ لذلك يمكنهم أن يخبروك مقدماً عن الطريق ومتى وأين يضيق بك . وعلى الرغم من أنهم قد أدركوا غاياتهم سالمين نسبيا ، إلا أن الرحلة لم تكن دائما سهلة . كانت صعبة فى بعض منها ، لقد التوت أرجلهم وتقرحت جلودهم وكان عليهم أن يقتلوا بعض الحيوانات المتوحشة التى فاجأتهم بالطريق . إن هذا هو فى الحقيقة هدف هذا الكتاب : لقد فعلوا هذا ؛ لذلك لن تضطر لأن تفعله أنت أيضاً ، لقد خططوا لك معالم الطريق حتى تسلكه سالماً .

ربما يكون أفضل طريق لرحلة أبوّتك هو أن ترى السنين أمام ناظريك كأميال تمتد على الطريق . كما يحدث فى معظم رحلات الرحّالة ، عادة ما تكون الأميال الأولى من الرحلة شاقة حيث ينوء

الظهر بحمولته ، ولكن عند الميل الثامن أو العاشر تنضبط خطوتك ، ويستوى الطريق وتسير بخطى سريعة مريحة ، قد يكون الميل الثالث عشر قاتلاً ، ولكن عندما تصل للميل الثامن عشر تظهر المروج الخضراء على مرأى البصر ، ترى أشجاراً خضراء مورقة ، وجداول مياه تنحدر فوق الصخور . وهنا تشعر أنه قد حان الوقت الذى تحط فيه رحالك وتنصب خيمتك ، وتدرك وقتها أن الرحلة قد انتهت .

ولكن ماذا عن هذه الابنة الرائعة التى كانت تتسلق بجوارك ؟ سوف تعود إلى الخيمة من وقت لآخر ، لكنها الآن على " القمة " كما يقول المتسلقون ، أمامها طرق وعرة تجتازها ، وهى الآن مهيأة لذلك ، ويرجع الفضل فى هذا لك أنت ، فقد علمتها كيف تثق بنفسها إلى درجة تجعلها تمر بكل المخاطر المحسوبة ، وكيف تتعامل مع الضغوط المختلفة ، ثم تنطلق مصممة على تحقيق هدفها حيث تضع لحياتها هدفاً ، وبدلاً من أن تصارع العالم تسعى تتغلب عليه ، سوف تقف على قمة الجبل تفتح ذراعيها له مرحبة به .

قد تتفق معنا فى أنه من المثير قبل أن نبدأ الفصل الأول من هذا الكتاب أن تقرأ هذا المقال الشخصى لفتاة ظريفة كانت تُعد نفسها للرحيل عن المنزل والذهاب إلى الجامعة ، وقد أُرفق هذا المقال مع مستندات القبول بالجامعة التى مثلها مثل أى موظف . يقدم هذا المقال مثالاً لما يمكن أن ننميه فى شخصية الطفل من إدراك ونشاط وجمال وقوة شخصية وذلك عندما ينشأ فى أسرة واعية ، بغض النظر عن هيكل الأسرة والعيوب الظاهرة بها .

الطلاق ، تلك الكلمة البغيضة التى تبدأ بحرف الطاء لا يحب إنسان أن ينطق بها ، إنه محنة بشعة تخيف العائلات طوال حياتها ، ولكن الأمر كان مختلفاً معى ، حيث كان طلاق أبواى ـ عندما كان عمرى ستة أشهر ـ من أفضل الأشياء التى حدثت لى .

انتقلنا أنا وأمى لنعيش فى منزل جدى وجدتى ، وكان مركزاً للنشاط مليء بالحب والحيوية لأُناس من كل الأعمار ، لم ينقصنى رمز الأبوة أبداً ؛ لأن جدى وأخوالى ساعدوا فى غرس شعور بالأمان بداخلى ، لقد وجدت ذراعين يحتضنانى دائماً ، وأصدقاء ألعب معهم . كانوا يحيطونى دائما بحب لا حدود له ورعاية كبيرة . كانوا يتعاملون مع آرائى وأفكارى بكثير من التفاهم والتسامح ، وبدلاً من أن يهملوها لأنها أفكار طفلة صغيرة كانوا يهتمون بها كثيراً .

أما أقوى مساندة لى فقد جاءتنى من أعز أصدقائى وكانت أمى ، لقد غرزت أمى بداخلى حب الموسيقى والكتب والحياة ، كنا نذهب للمسرح كل عام ، وأصبحتُ مهتمة بممارسة الفنون ؛ لأن أمى وعائلتى غرسوا هذا بداخلى بثقة وتأييد . أخذت دور " مونا " فى المسرحية الموسيقية لمدرستنا " شيكاغو " . فكان جدى وأمى يأتوننى ليشاهدوننى كل ليلة ، لقد قامت أمى بدور حيوى فى إعداد المشاهد الخلفية ، أما جدى فقد قام وبنجاح بتقديم الحفاوة لى بعد كل عرض ، إننى حقاً أحبهم كثيراً .

من المضحك أننى كنت أفترض أن كل العائلات مثل عائلتى ، لقد أدركت مؤخراً فقط أنه لا يجتمع كل الناس كعائلة واحدة حول مائدة العشاء كل ليلة كما نفعل نحن ، ولا يحصل كل طفل على الحب والرعاية التى حصلت عليها .

وفى النهاية ، لم يترك طلاق أبوى تأثيراً سلبياً على إنجازاتى ، بل كان له تأثير إيجابى ! كذلك لم يكن لكل طفل جد رائع مثل جدى ، يدربه على مهارات كرة السلة ، ويدرب فريقه لكرة الماء ، ويساعده على أداء واجباته المدرسية ، بل يجعل من أدائها متعة .

## الفصل الأول

# التواصل

بعد ثوان معدودة من نفاد الوقود ، اتصلت غرفة التحكم اللاسلكى على الفور برجل الفضاء " نيل أرمسترونج " تناشده أن يهبط بسفينة الفضاء فى الحال وإلا فسوف تصطدم بسطح القمر الصخرى ، استجاب " أرمسترونج " للنداء فوراً . وأبطل عمل الطيار الأتوماتيكى والتحكم الإلكترونى وهبط يدوياً بسفينة الفضاء هبوطاً آمنا وسلساً ، كان هذا نتاج اتصالات ناجحة ورسالة ناجحة ، فبدون تلك الاتصالات الجيدة ، كان من الممكن أن تحدث مأساة .

كذلك هو اشتياق مأساوى من أطفال يصرخون طلباً للهداية فى رحلتهم عبر الحياة ، فهم يتوقون لشخص يستمع إليهم . إلى متى سيناضل الطفل الصغير وهو يمد يده لأبوية قبل أن ييأس ؟ إلى متى ستحاول البنت المراهقة أن تشارك أبويها أفراحها وأحزانها ، ومخاوفها وطموحاتها ، ولكنهم منشغلون عنها تماماً بالحياة الهائجة

التى يعيشونها . ماذا يحدث لهؤلاء الأطفال التواقون عندما لا يسمح لهم بالتواصل ؟

على الرغم من أن العناصر الست لتربية الطفل السعيد هى كُل متكامل ، إلا أننا قد وضعنا التواصل أولاً لأنه نقطة البداية ، الأساس الذى يجب أن تستند عليه العناصر الخمس الأخرى . ما أول شيء يفعله الأبوين مع المولود الجديد ؟ هل يحاولون تنمية مداركه ، أم تأديبه ، أم تلقينه القيم ؟ لا ، كل هذه الأشياء تأتى لاحقاً ، كما سيتضح فى الفصول التالية .على الفور وبمجرد أن ترى الأم مولودها للمرة الأولى ، تحاول أن تتواصل معه ، وفى العائلات التى التقينا بهم اكتشفنا أن هذا التواصل لم يتوقف أبداً .

من بين كل مهارات الأبوة التى سنناقشها فى هذا الكتاب ، التواصل هو غالباً أكثرها صعوبة وأكثرها تعرضاً للإهمال ، عندما طرحنا هذا الموضوع على واحدة من الأمهات ، تذكرت زيارة جارتها العجوز ذات الخمس وثمانين عاماً لها بعد ولادة ابنها بوقت قصير ، سألتها الأم عن أى نصيحة قد تقدمها لها بشأن تربية الطفل ، وبدون تردد أطلقت الجدة العجوز واحداً من أعظم بنود التربية وقالت بصوتها المرتفع المبتهج : " تحدثى إليه ، هذا ما يجب أن تفعلينه ! "

فى بداية هذا الفصل والفصول الخمس الأخرى ، سوف نطرح المشكلات التى تواجه الغالبية من الآباء والأمهات . ثم نبين من خلال أمثلة من الحياة اليومية كيف تغلب من التقينا بهم من الآباء والأمهات على هذه المشكلات وتخطوها .

سوف تتعرف من خلال هذا الفصل على الطرق التى يتم بها التواصل ، وكيف يمكن أن نجعله متاحاً دائماً ، وكيف يمكن

تخصيص وقت محدد للحديث مع الأبناء والاستماع إليهم والتجاوب الفعال معهم .

سترى أن التواصل - وتربية الأطفال بصفة عامة - ليس من الضرورى أن يكون تجربة مرهقة وكئيبة ومزعجة كما هو بالنسبة للعديد من الناس ، إليك نصيحة حكيمة من واحدة من الأمهات تُعد مثالاً لهذه المسألة :

**عندما تربى أطفالاً ، لا تقع فى الخطأ الذى وقع فيه كثير من الآباء والأمهات ، لا تأخذ الأشياء بشكل شخصى ، سيقول أبناؤك أشياءً لأسباب لن تفهمها ولن يفهمها غيرك ، انظر إلى هذه الحادثة كمثال : كان " توم " يزداد طولاً بمعدل واحد بوصة فى الشهر ، وكان دائماً يشعر بجوع شديد ، وفى أحد الأيام دخل من الباب وهو يقلب شفتيه . هل تعتقدين أننى استجبت ؟ هل تظنين أننى انزعجت ؟ لا ، كل ما فعلته هو أننى أهملت ما قاله ، وأجلسته وقدمت له الطعام ! بعد ذلك عاد الشخص الهادئ الذى كما كنت أعهده دائماً .**

## تعريف التواصل ومشكلاته

ما هو التواصل ؟ " أن تتواصل هو أن تعرض ما بداخلك وتُبلغ عن أفكارك ، وأن يكون لك اتصال بالأفكار والمعلومات المتبادلة . " يأتى هذا التعريف من قلب قاموس " ويبستر " ، لكنه قد يكون غريباً على أغلب العائلات الأمريكية . إذا كان رجل الفضاء العائم على الصخور الوعرة فى الفضاء الخارجى يستطيع أن يتواصل مع غرفة التحكم اللاسلكية ، لماذا يكون من الصعب علينا أن نتواصل مع أبنائنا فى

الغرفـة المجـاورة ؟ ربمـا لأن الأطفـال يرتـدون إلى محـيطهم وبيئـتهم القمرية حيث لا يضطرون للاسـتماع لآبـائهم وأمهـاتهم مـرة أخـرى ! وتتبدد " المعلومات المتبادلة " التى وردت فى قاموس ويبستر فـى جـو اللامبالاة والمواجهة بين الآباء والأبناء . ويصبح " التواصل " نوعـاً مـن الدوران والنقد والحساب واللوم . مـا النتيجـة ؟ بالنسـبة لآبـاء يبثـون أفكارهم عـبر موجـات الـ AM بينمـا يتلقـى الأبنـاء إرسـال موجـات الـ FM ، فإن النتيجة صفر . وإذا حدث عن طريق المراوغة أن التقـى الآباء والأبناء على موجات واحـدة يكـون الاستقبال محمـل بذبـذبات تجعل الاستماع له غير محتمل ، ماذا تفعل عادة مع محطات الراديـو التى تحدث صريراً ؟ تبـادر بإغلاقهـا . إن الذبذبـة عـادة مـا تحـدث عندما يحتاج الأطفال لتطور أسرع من قدرات آبائهم على التواصل .

الاستماع إلى أبنائنـا ، التحـدث إلـيهم ، عـدم التحـدث إلـيهم ، الاقتراب منهم عند الضرورة ، والابتعاد إذا لـزم الأمـر ، احـترام حـق أبنائنا فى الخصوصية ـ وحقهم فى عدم التواصل . هذه هـى مهـارات التواصل التى يجب أن تتحلى بها إذا أردت أن تنشيء أبناءً عظاماً .

قبل أن نسترسل ، حاول أن تسأل نفسك الأسئلة التالية وبأمانة ، وقم بوضع ملحوظة عند كل موضع ترى أنك فى حاجة إلى تحسـينه . وعنـد قراءتـك للنـوادر التـى يرويهـا الخـبراء الحقيقيـون مـن الآبـاء والأمهات ، يمكنك أن تعود إلى تلك الأسئلة لتقارن بين ما فعلتـه ومـا فعلوه :

- سواء كانت ابنتك فى الخامسة أو الخامسة عشر من عمرها ، هـل تستطيع حقاً أن تنظر إليها وتسمع ما تقوله ؟ هل أنت متأكد أنك تستطيع أن تدرك المعنى الذى تقصده من وراء كلماتها ؟

- هل تستطيع أن تتخلى عن فكرتك المسبقة عما تعنيه ابنتك أو ما يجب أن تعنيه من وجهة نظرك ؟
- هل تستطيع ابنتك أن تفهمك أم هى مروعة وخائفة منك ؟
- هل لابنتك الحق فى أن تقول ما تريد أن تقوله ، وهل تشعر بارتياح وهى تفعل ذلك ؟
- هل تطور التواصل بينكم إلى الحد الذى عنده يمكن أن يثق كلاكما بالآخر الثقة الكافية لأن تجعلكما تعبران بصدق عن آمالكما ، وأسراركما ، وأفراحكما ، وأحزانكما ؟

دعنا نبدأ بإلقاء نظرة على واحدة من أكبر المشكلات التى تواجه أبناء هذا العصر وآبائهم والتى تتمثل فى فجوة التواصل . لدى بعض العائلات تكون هذه الفجوة مجرد شق صغير . ولدى البعض الآخر ؛ تتسع هذه الفجوة لتصبح مثل واد كبير يفصل بين الأبناء وآبائهم .

## فجوة التواصل

منذ عدة سنوات مضت ، قامت مجموعة من سبعة آلاف تلميذ ممن هم فى سن المراهقة وما قبلها بكتابة خطابات مجهولة موجهه إلى مشروع قومى للتربية ، وبعد قراءة متأملة لجميع الخطابات ، كانت الرسالة التالية هى فحواها جميعاً : " نحن نأمل أن نستطيع التحدث إلى آبائنا ، ولكننا لا نعرف كيف يتم هذا ، ولا هم يعرفون ذلك أيضاً . " إن مثل هذه الفجوات فى التواصل تحدث للأسباب التالية : ( ١ ) الآباء يتحدثون كثيراً ( ٢ ) يفشلون فى الاستماع إلى أبناءهم ، ولقد عبر أحد التلاميذ المميزين عن ذلك قائلاً :

**بدلاً من أن ينفتح الآباء على أبنائهم ويستمعون لما يجول بخاطرهم ، تجدهم مشغولون بجداول أعمالهم ، يركزون فيما يفعلونه ، ولأنهم لا يستمعون لأبنائهم فهم يرسلون هذه الرسالة : " اصمت ، رأيك ليس له أهمية " . بالتالى يأخذ الأبناء بالنصيحة ويكفون عن الحديث . وفى غمرة هذا يكفون عن الاستماع أيضاً . تماماً مثل آبائهم وأمهاتهم .**

ما الحل إذن ؟ الحل هو أن تغلق فجوة التواصل هذه ، كيف ؟ كان هذا هو سؤالنا للآباء والأمهات الأكفاء .

**عندما يحدث هذا للآباء والأمهات الآخرين ـ وسوف يحدث ـ عليهم أن يبدأوا فى إغلاق فجوة التواصل باتخاذ أول خطوة تمهيدية ، أظهر استعداداً للاستماع ، واستمع إلى الأفكار الجديدة ، وإلى الأساليب الجديدة فى النظر إلى مشاكل الأبناء ، استمع حتى إلى صمتهم . عندما يراعى الآخرون شعورك ويظهروا استعداداً للاستماع لأرائك ، فسوف تصبح أنت أكثر استعداداً للاستماع إليهم .**

ضع الأفكار التالية نصب عينيك وأنت تحاول أن تُحد من هوة التواصل بينك وبين أبنائك . والأفضل من ذلك ، أن تمنع مثل هذه الهوة من الحدوث أصلاً :

- إذا كنت تسير فى عالمك بسرعة كبيرة ، يصبح من الصعب عليك أن ترى ما يحدث فى عالم طفلك ، ذلك يشبه النظر من نافذة قطار بينما هناك قطار آخر يتحرك مسرعاً فى الاتجاه العكسى :

حيث ترى كل شيء مبهم الصورة . يحتاجٍ منك ابنك أن تبطئ من حركتك وتتعرف معه على العالمين معاً .

- وكما سنكرر مراراً فى هذا الكتاب ، يحتاج ابنك أن يعرف أنك قد مررت بكل التجارب التى يمر بها الآن . عليك أن تتواصل فكريا وعاطفيا مع ابنك ، أخبره أنك ـ حتى وإن كنت مرشده وحاميه ـ قد ارتكبت نفس الأخطاء وعانيت من فشل وإخفاق عانى منه أيضاً ، لكن فى النهاية ، تبلور هذا كله فى خبرة اكتسبتها على مر الأيام .

**عندما تكافح ابنتى " أودرى " ضد شيء ما ، أتذكر ظروف مشابهة حدثت لى عندما كنت فى مثل عمرها وأخبرها بها . فى أوقات كهذه لا يريد الأبناء النصيحة بل يريدون التعاطف والتفاهم ، ذات مرة وعندما سقطت " أودرى " عن دراجتها ، جاءت وهى تنزف من جرح بيدها ، لم يكن هذا هو ما يؤلمها فقد شعرت أنها فاشلة فى ركوب الدراجات ، قالت عندئذ : " أنا لا أستطيع أن أركب دراجتى ! " وانخرطت فى البكاء . قلت لها : " انظرى " ، وكشفت لها عن ندب أسفل ذقنى من أثر جرح تعرضتُ له عندما سقطت عن دراجتى واصطدمت بالجرس المعدنى ، توقفت " أودرى " عن البكاء فى الحال ، كانت مفتونة بهذا الندب ، وبحقيقة أن أمها قد فعلت نفس الشيء الذى فعلته هى ، وعندئذ شعرتْ بتحسن كبير لعلمها أن أمها قد سقطت من فوق دراجتها مثلها .**

- عندما يبدأ طفلك فى التعلم يلجأ إليك فى الأشياء الصغيرة وعندما يكبر يلجأ إليك فى الأشياء الكبيرة . تتذكر إحدى الأمهات

ضاحكة المرة التى فعل فيها ابنها ـ الطالب الجامعى الحديث ـ شيئاً كهذا .

عندما ازداد حجم كومة الغسيل بدرجة أصبحت تعوق حركته بغرفه النوم ، اتصل بالبيت قائلاً : " حسناً يا أمى ، لقد قررت أن أغسل ملابسى ، هل أضع الملابس أولاً ثم المنظف ، أم المنظف أولاً ثم الملابس ؟ "

- طفلك فى حاجة لأن يعرف أنك سوف تنظر إلى أفكاره وطلباته بعين الاعتبار . عندما يرغب بشدة فى شيء ما ، يعتمد عليك لتساعده فى الحصول عليه . ولكنه يصاب بكثير من الإحباطات الكبيرة عندما يرى أنك لا تهتم بتلبية احتياجاته ، تقدم لك الرواية الموجزة التالية مثالاً لهذا ، عندما طلبت الطالبة الثانوية ذات الستة عشر ربيعاً من أمها ـ وللمرة المائة ـ أن تستعير معطفها الذى يعجبها كثيراً ، كانت الإجابة كالعادة بالرفض . " لا " ولكن لم تنته القصة عند هذا :

**تقول الأم : " تذكرت أن " آنى " طلبت المعطف مرة أخرى منذ أسبوع ، وفجأة ، وفى إحدى الليالى عندما خرجت للذهاب إلى معرضٍ القرية مع أصدقائها ، لاحظت أن المعطف قد اختفى . لم يكن موجوداً فى مكانه على حامل المعطف بجوار الباب الأمامى . لم تبذل " آنى " أية محاولة لوضع جاكت آخر مكانه لتخفى حقيقة أنها قد أخذت معطفى ، لم أستطع تصديق هذا ، وبينما بدأت الدماء تصعد إلى رأسى ، صدمنى شيء شديد الصلابة ، وهو حقيقة أنها أرادت أن**

**ترتدى هذا المعطف بشدة ! لم أدر مدى أهمية ذلك بالنسبة لها حتى تلك الليلة ، أدركت وأنا جالسة هناك أحدق فى المكان الذى اعتدت أن أضعه فيه ، أنه كان لابد لها أن تأخذه ، لقد كان يشكل لها أهمية كبيرة ، وأنا لم أستمع لهذا . وهنا بدأت أهدأ تماماً ، ولم أنطق بكلمة واحدة بخصوص هذه الحادثة . ولم تفعل هى ذلك أيضاً ".**

أما مدام " جولدبرج " فتقدم لنا واحدة من الحِكَم الأبوية الهامة جداً ـ حكمة إذا أدرك الآباء والأمهات فحواها الحقيقى فسوف تخفف كثيراً من مشاكل تربية الأطفال وهى : " لا يقصد الأبناء إيذاء آبائهم إطلاقاً ، لذلك لا تأخذ ما يفعلونه بشكل شخصى " .

قد يكون تفكيرهم فى احتياجاتهم هم لا احتياجات آبائهم ، كما فى حالة " آنى " ، قد يكون هذا شيء من الأنانية أو عدم المراعاة ، ولكنه شيء مختلف تماماً عن التمرد المتعمد .

من الأشياء التى تؤدى إلى فجوة التواصل فجوة الجيل ! إذا كنت قد حاولت مرة أن تناقش مميزات " بيتهوفن " ، أو حتى فريق الخنافس مقارنة بفرق " الراب " ، أو فرق " الميتال " السائدة هذه الأيام ، فأنت تعرف مدى اتساع هذه الفجوة ، لاشك أن كل جيل يعتقد أن الجيل السابق له جيل محافظ ومتأخر ، لكن مراهقين هذه الأيام ذهبوا لأبعد مدى فى اعتقادهم هذا .

لقد تحولت صورة الابن المثالى ، الذى يرتدى سروالاً قصيراً مهندماً وحذاءً جلدياً لامعاً إلى صورة الابن الذى يرتدى سروال جينز ممزقاً ، وحذاءً يشبه حذاء عسكرى ، وقبعة مقلوبة موضوعة على رأس نصف حليقة ، إذا كانت ابنتك واحدة من هؤلاء ، فلتشكر الله على أنها لم

تأت إليك يوماً بأنف حمراء ملتهبة من أثر قرط الأنـف الـذى وضـعته بأنفها لتساير الموضة .

أخبرنا أحد الآباء أنه وكذلك زوجته لا يتـدخلا فـى طريقـة تعـبير ابنتهما ذات الرابعة عشر عاماً عن نفسها من خلال ما تسميه بالملابس " الوحشية المرعبة " التى ، بالتأكيد ، تتفق مع ما يرتديه رفاقها :

**كانت " تينا " ترتدى سترات تشبه سترات الجنـود وتضـع أحمـر شفاه أسود ، وقد تـزامن هـذا مـع بدايـة اكتشافها للجـنس الآخـر ، كانت " تينا " فتـاة متقلبـة لا تسـتجيب للمـؤثرات الخارجيـة ، ولا تريد أن تقوم بواجباتها ، تقضـى وقتهـا فـى المحادثـات الهاتفيـة ، وكل ما شابه ذلك من سلوك . لكن مستواها الدراسى كان جيداً ، فمـن نكـون نحـن حتـى نسجنها فـى سـترات مـن صـنعنا تشبه سـترات المجانين ؟ كان لها هويتها الخاصة ـ أو كانت تحاول أن تكون هكذا ـ لذلك لم يكن من شأننا أن نعترض طريقها فى هذا المجال ، علـى أيَّـة حال ، وفى يوم ما وهى فى مرحلة ما بين الخامسـة عشـر والسادسـة عشر من عمرها . صعدت إلى غرفتها ، أزالت الماكياج ، وخلعت صف الأسـاور والأقـراط ونزلـت وقـد تحولـت إلى شـابة صـغيرة طبيعيـة وناضجة ، وأصبحت مهتمة فجـأة بالحـديث فـى السياسـة والدراسـة الجامعية .**

يجب أن تلقى نظرة على العلاقة التـى تـربط بينـك وبـين طفلـك . انظر إلى ديناميكية هذه العلاقة . هل كلاكمـا متفـتح وسـلس ، يشعر بحرية فى التعبير عما بداخل عقله ؟ هل تـدع ابنـك يعـبر عـن نفسـه بالطريقة التى تناسبه ؟ أم أنكما متوتران ، قلقان مثل اثنين من النمور

يصيحان ويهددان في وجه بعضهما البعض ؟ إذا كنت كذلك ، ننصحك أن تولى اهتماماً خاصاً للجزء التالى .

## السيطرة على المشاعر

التواصل هو طريقنا لكى نعرف ونتعلم ونتصل ببعضنا البعض ، والأهم من ذلك أن نعبر عن مشاعرنا . كيف نتحكم فى مشاعرنا إلى أبعد حد ؟ أو بطريقة أكثر تحديداً ، كيف يكون تعبيرنا عن مشاعرنا ناجحاً ؟ حيث إن حالتنا الذهنية . والغضب . والحزن . والقلق ، كل هذه المشاعر يمكن لها أن تؤثر فيما نقصد قوله . كما يمكن أن تشوه بشدة ما نعتقد أننا نسمعه .

يستخدم الأبناء من كل الأعمار طرقاً كثيرة لإثارة آبائهم وأمهاتهم . تسمى واحدة من الأمهات هذا بـ " اضطهاد الأبوين " : فالطفل ذو الثلاث سنوات يصيح وينتحب ، وذو السبع سنوات يعوق ويعطل ، وعندما يبلغ الثالثة عشر يقرر هذا الابن المشاكس أنه ليس لطيفاً أن يُرى بصحبة أبوية ، ناهيك عن طاعته لأبسط الأوامر ، أثناء مثل هذه الممارسات ، وعندما يكون الضغط على الآباء قد وصل إلى منتهاه ، يمكن للانفجار العاطفى غير المحسوب أن يدمر هؤلاء الأبناء المتذبذبين .

" ابتعد عن ناظرى ! " ، " أنت أبله " ، " أنت لا تستحق أن تتحمل كل مشاكلك هذه ! " كل هذه الانفجارات العنيفة الملتهبة يُعد هجوماً ، والهجوم يقابله رد فعل دفاعى ويعمق الإحساس بالاستياء الشديد ، هذا ما توصلت إليه مدام " سكاربلى " عندما انفجرت يوماً فى وجه ابنتها " جينا " ذات الأربعة عشر عاماً :

**لا أتذكر ماذا كانت قد فعلت ذلك اليوم ، لكنها أخرجتني تماماً عن طورى ، وجعلتنى أصرخ بها وأنا فى حالة غضب شديد وقلت : " أنا أكرهك " ، فجأة انتهت المناقشة ، وحل صمت عميق ، ثم سارت متجهة إلى غرفتها ، وتذكرت لى هذه العبارة الغبية لمدة شهور ، التى بالطبع لم أكن أعنيها . لم أكن أصدق أنها لن تغفرها لى ، وظللت أكرر لها : " كم مرة قلت لك أننى أحبك ؟ ألا يعوض هذا أى شيء ؟ " لكن كان لهذه العبارة تأثير مدمر على " جينا " على الرغم من أنها تعرف أننى كنت ساعتها فى ثورة غضب . لم أكن أعتقد أبداً أن زلة مثل هذه يمكن أن يكون لها مثل هذا الأثر .**

سوف نعيد ونكرر العبارة التالية كثيراً ، لكن يجب ألا يكون تكراراً مبتذلاً لأنها الجوهر الحقيقى للأبوة : ( **يكتسب الأبناء سلوكهم من مراقبتهم لسلوك أبويهم الذى يُعد أهم مصدر يستقون سلوكياتهم منه** ) .

لأن طفلك سوف يحاول أن يقلدك فى كل شيء ، عليك أن تتأكد تماماً أن تعاملك مع الجميع - مع طفلك نفسه ، مع زوجتك وأصدقائك ومع الغرباء من الناس - هو تواصل هادئ ومراعٍ لشعور الآخرين . حاول أن تبدو منطقيا مالكاً لزمام نفسك - حتى لو تطلب هذا مجهوداً خارقاً منك - لأنه إذا شاهدك ابنك الصغير وأنت تجادل وتصرخ ، سوف يتعلم أن هذه هى طريقة تواصل الناس مع بعضهم البعض ، ذلك أن لغة التواصل وما تحمله من مشاعر قد تكون سبباً فى تجميد هذا التواصل ، ليس هذا فقط ، ولكنها قد تتسبب فى أن يشعر الطفل أنه هو سبب هذا النزاع . أو قد يشعر - وهذا هو الأسوأ - أن والديه قد يتركاه فى أى لحظة ، أو أنهما سوف يدمران بعضهما البعض .

حدثت القصة التالية لزوجين اعتادا أن يتشاجرا أمام ابنهما حتى جاء اليوم الذى فعل فيه ابنهما شيئاً كان بمثابة الصدمة لهما ، وقد أفاقتهما هذه الصدمة وجعلتهما يدركان أن مشاحنتهما البذيئة أمام ابنهما الصغير كان لها تأثير بشع عليه .

**لن أنسى أبداً عندما كان " آرون " ابننا فى السادسة من عمره ، وكالعادة كنت أنا و" مورت " نتعارك فى المطبخ وكل منا يصرخ ويصيح محاولاً أن يجبر الطرف الآخر على تغيير رأيه ، احتدت المعركة بيننا جداً فإذا بـ " آرون " يقفز ليقف بيننا وبكل قوته يفرق بيننا بكلتا يديه وهو يصيح من أعماقه : " كفاكم شجاراً ، كفاكم شجاراً ! " وفجأة ، صمتنا أنا و " مورت " ، وأخذنا نحدق فى بعضنا البعض ، ثم نظرنا إلى هذا المخلوق الصغير الذى يقف فارداً كلتا يديه ليفرق بيننا وعينيه حمراء منتفخة ، كان مشهداً بائساً ، ومنذ هذا اليوم وطوال حياتنا لم نتشاجر أمامه أبداً .**

قالت لنا إحدى الأمهات ممن التقينا بهم أنهم يتمسكون بقاعدة ثابتة ، قاعدة يمكنها أن تمنع حدوث مثل هذا المشهد الذى وصفناه آنفاً :

**أهم قاعدة من قواعد التواصل فى بيتنا ، هى قاعدة لا تقبل أى تزاخ ، وهى ببساطة : لا للصراخ ، نحن فقط لا نسمح بحدوثه ، وإن حدث لا نغفره أبداً .**

وواصلت الأم حديثها تشرح لنا كيف أن أمها كانت تستخدم فى حديثها مع أحفادها صوتاً هادئً ـ ولكنه مقنع . وكان يأتى دائما بنتائج جيدة .

**كان كل ما تفعله أمى هو أن تقول بصوتها الهادئ الجاد : " ضع هذا الشيء جانباً ، أنت تعرف أننى أعى ما أقوله " وكالسحر ، يفعل الأبناء ما تطلبه ، يضعون الشيء المذكور جانباً ، لا أعرف كيف ! لكنهم كانوا يفهمونها ويعرفون تماماً أنها بالفعل لا تمزح ، وأنها تعى ما تقوله ، كانت هادئة دائماً ، لا ترفع صوتها أبداً ، كان احترامهم لهذا شيئاً مدهشاً .**

كانت هذه الأم تلتزم بقاعدة أخرى بنفس قوة التزامها بقاعدة " لا صراخ " وهى قاعدة " الأدب " .

**تقول قاعدة الأدب : إنه ليس مهماً إذا كان الأبناء فى حالة نفسية جيدة أم لا ، عليهم على الأقل أن يقابلوا أعضاء الأسرة الآخرين بكلمة : " مرحباً " عندما يدخلون عليهم المكان ، أو كلمة : " إلى اللقاء " ، أو " طاب مساؤكم " عندما يرحلون ، أنا لا يهمنى ما مشكلتهم ، ولماذا هم فى حالة نفسية سيئة ، ولكن لابد لهم أن يكونوا على درجة من اللطف تجعلهم جزءاً من عائلة على هذا المستوى .**

## دروب الحديث

يدرك الحكماء من الآباء مدى الضرر الذى تسببه بعض تعليقاتهم للأبناء ، إذا تجرأ أحد الآباء وصور شريط فيديو لوجبة عشاء عائلية ، فسوف يُصعق لكم التعليقات السلبية التى يتم تبادلها أثناء العشاء : " ارفع مرفقيك هذين عن المائدة " ، " لن تتحرك من هنا حتى تتناول كل ما أمامك من طعام " . " كيف تبدو صورتى ؟ **كالخادمة** ؟ "

إليك بعض النماذج الشائعة للتواصل السلبى . التى تضر الأطفال ، ضرراً بالغاً أحياناً . وحاول أن تتفاداها :

### الانتقاد

الانتقاد السلبى سُمَّ زُعاف ؛ فهو يولد غضباً ورغبة فى الانتقام ، ويعلِّم الأبناء أن التهكم بالعيوب شيئاً مقبولاً جداً . بعد وقت طويل من النقد المستمر الذى كانت توجهه مدام " دَن " لابنها بسبب وزنه الناقص ، جاء يوم قلب فيه ابنها الأوضاع ووجه لها تعليقاً جارحاً عن وزنها الزائد .

**لقد كان وزنى زائداً بدرجة تجعلنى أشعر بالذنب عندما أتناول أى طعام ، فى أحد الأيام دخل ابنى " جيرى " علىّ وعصبة من أصدقائه بعد خروجهم من المدرسة ، كنت لحظة دخولهم ـ ومن بين كل ما أفعل ـ أتناول آخر ملعقة من علبة الآيس كريم ! سألنى " جيرى " وعلى وجهه ابتسامة متكلفة : " لماذا تأكلين هذا إذا كنت لا تريدين أن يزداد وزنك ؟ " أشعرنى تعليقه بالحزن ، وكل أصدقائه**

**يقفون بجانبه فى انتظار إجابة ، وكنت أقف هناكٍ وأنا أرتدى بنطلون مطاط لا يصلح لمن فى مثل وزنى . ثلاثون رطلاً وزن زائد ، ومع ذلك أتناول علبة آيس كريم تحتوى على آلاف السعرات الحرارية ، والأدهى أن يضبطنى بهذا أحد أبنائى ومجموعة أصدقائه ، لم أصدق ساعتها أن هذا بسبب انتقادى الدائم له لأنه نحيف جداً ولا يتناول كفايته من الطعام . أعتقد إننى من تناول كفايته " على ما فعلته بابنى " ، عُذراً للتورية .**

## الاتهامات

" أنت كسول " . عندما يداوم الأبوين على تكرار هذه العبارة ، ماذا فى ظنك سوف يحدث ؟ يزداد كسل الأبناء أكثر وأكثر ، " أنت غبى . " ما رد الفعل ؟ انخفاض فى المستوى الدراسى . قال أحد المدرسين ممن تحدثنا إليهم :

**الاتهامات هجوم ، والهجوم يحتاج من أبنائنا لأخلاق جيدة جداً كى يقفوا صامتين يتلقون صفعاته . وهذا نادراً ما يحدث . غالباً ما يكون رد فعل الأبناء هو الهجوم المضاد ، وعليه تستمر المعركة لفترة أطول .**

يصف أحد الآباء رد فعل ابنه عندما اتهمه بأنه قد بدد النقود التى ادخرها فى فصل الصيف :

**كان واضحاً أننى ارتكبت خطأ : حيث كان " جانر " يأمل أن يستأجر شقة جيدة عندما يرحل إلى " دارتماوث " ، لكن عندما حان وقت الرحيل ،**

**أخبرنى أنه لم يدخر ما يكفى لاستئجار الشقة التى يريدها . انطلقت أقول دون تفكير : لو لم يكن قد بدد نقوده فى شراء هذا " الساكسفون " ومجموعة الأشياء الأخرى التى - فى رأيى - ليس فى حاجة إليها - لكان بإمكانه أن يتفادى مثل هذه المشكلة الآن . ماذا حدث ؟ اكفهر وجهه وصمت تماماً . أدركت أننى قد أسأت إليه . عندما رجعت إلى غرفته وسألته إذا ما كان على ما يرام ، أجابنى بنعم . لكننى كنت متأكداً أنه يتألم .**

## التوجيه

أول الأسباب التى تجعلك تتفادى " التلقين " أن معلوماتك قد تكون ناقصة ، عندما تكون متحدثا ولست مستمعاً لا تتمكن من فهم مشاكل أبنائك . والأسوأ من هذا ، أن يكونوا هم على علم بما تخبرهم به ، لماذا إذن تعرضهم لمحاضرة مجهدة مرة أخرى ؟ فحديث طويل من طرف واحد يمنعهم من المشاركة فى حوار متبادل ، ويقلل من احتمال استماعهم لك بعقل متفتح فى المرة القادمة ، إن لم يكن لديك معلومات حقيقية ومهمة ، ومستمعون تواقون للاستماع إليك ، اترك مهمة التلقين للمدرسين المتخصصين ، فقد قالت إحدى الأمهات :

**كانت " رينى " تقود السيارة منذ أكثر من عام ، وكنت ما أزال ألقنها دروس القيادة فى كل مرة تخرج فيها بالسيارة - حزام المقعد ، الوقود ، الحذر من مجانين القيادة ، لكنها بدأت تتململ ، عندما كنت ألقنها تلك الدروس كانت تلف بعينيها فى المكان وتقذف بشعرها معربه عن هذا الملل ، وكان لها مبررها فى هذا ، فكم مرة كان عليها أن تجيبنى : " أعرف يا أمى " قبل أن أدرك أنها تعرف فعلاً .**

## المساعدة

عندما تقدم " العون " لابنك كى يُكمل جملة هو قادر على إتمامها بنفسه ، فأنت بذلك تقول له إنه غير قادر على التفكير السليم ، وعليه تقلل من قدرته على التعامل مع المشاكل ، قاوم إلحاح هذه العادة عليك ـ علماً بأنه من الصعب جداً التخلى عن عادة المبادرة بتقديم المساعدة ـ وسوف ترى ساعتها أن ابنك قادر تماماً على التعامل مع ما تتصوره موقفاً صعباً . ربما يكون الموضوع الذى يطرحه ابنك فى البداية لا يمثل المشكلة الحقيقية ؛ لذلك عليك أن تمنحه الوقت الكافى ليصل إليها ، إليك هذه النصيحة من مستشار آخر ممن تحدثنا إليهم ، وهو يعمل مع الطلبة ذوى الكفاءات العالية :

**انتظر صابراً عندما يحاول ابنك أن يعبر عن نفسه . ربما تضيع منه أفكاره ، أو يتوقف ببساطة فى منتصف جملة ينطقها ؛ فالأبناء يترددون ويتلعثمون ، وأحيانا يثرثرون فى تفاهات ، أو حتى يذهبون فى مناجاة غاضبة مع أنفسهم ، إن ما يفعلونه هو اختبار للحياة قبل أن يقفزوا إليها حتى يتعرفوا على مزاجك ومدى استعدادك للاستماع إليهم . آخر شيء يحتاجه منك طفلك فى هذه اللحظة هو سؤالك له " ماذا هنالك يا عزيزى ؟ "**

يسترسل المستشار مقدماً المقترحات التالية ، والتى يعتقد أنها ستكون مفيدة عندما تُلح عليك الرغبة فى تقديم مساعدة غير ملائمة :

- تذكر أنه عندما " تساعد " ابنك بسؤاله : " ماذا هنالك ؟ " فى وقت يكون واضحاً فيه أنه غير مستعد للبوح بما فى نفسه ، سوف يترجم هذا على أنه نوع من التطفل ، وسيكون محقاً فى هذا .
- لا تتعجل طفلك بمحاولتك تخيل ما يريد أن يقوله . لسبب رئيسى ، وهو أنه من الممكن أن تكون مخطئاً . ماذا يحدث ساعتها ؟ تداوم على التخمين ؟ " وهل هو .... ؟ لا ، ربما يكون .... ؟ قد يكون .... ؟ "
- عليك بتقبل قراره فى تغيير موضوع الحديث ، أو التردد ، أو حتي نسيان الأمر كله ، وإذا كان ما يحاول التعبير عنه شيئاً مهماً ، سيفاتحك فيه مرة أخرى ، هذا إن كنت قد أوجدت بينكما جواً خالياً من المشاحنات .
- نادراً ما يرغب الأبناء فى البوح بمكنون نفوسهم لآبائهم ، أو أمهاتهم ؛ فيعرضون أنفسهم بهذا للمساءلة واللوم الذى يتبع هذا . لا تطلب منهم أن يفعلوا ذلك .

## المنغصات

إذا أعدت تشغيل شريط التسجيل الذى كنت قد استمعت إليه أثناء تناول العشاء ، سوف تستمتع إلى ما كنت تعتقد أنه مجرد تذكرة لما استمعت إليه قبل قليل ، لكنه لا يبدو كذلك ، أخبرتنا واحدة من الأمهات اللاتى تحدثنا إليهم :

**بعد ثلاث سنوات من محاولة إقناع " تيلور " بارتداء جوارب تتماشى مع ألوان الملابس التى يرتديها ، باءت كل محاولاتى بالفشل ، أصابنى اليأس وأدركت أنه مقتنع تماماً بأن يرتدى ما يريده ، وعندما تجاهلت هذه المسألة ، أصبحت أكثر سعادة ، على أية حال ، هو الآن يدرس الهندسة بالجامعة ، ومازال يعانى من عمى الألوان ، ولكنه فى منتهى السعادة .**

إليك مقتطفات لنماذج من المنغصات يمكنك أن تتجنبها . وقد وجد الآباء والأمهات أنها غير ذات جدوى فى تغيير سلوك الأبناء كما أنها غالباً ما تضر العلاقة بينهم .

- **التحذير** : " استخدمه مرة أخرى وساعتها ستكون فى موقف صعب . " طالما أن هذا التحذير لا يتم متابعته ، تصبح استجابة الأبناء له حالة ذهنية تقول : " يا للهول ! لقد أخفتنى حقاً ! "
- **الاستجواب** : " أريد أن أعرف أين كنت ، وماذا تفعل كل هذا الوقت ! " هل تعتقد حقاً أن ابنك ـ أو ابنتك ـ ذا الخمس عشر عاماً سوف يعطيك وصفاً مفصلاً لما فعله طوال اليوم ؟
- **التهديد** : " أنت معاقب لمدة شهر إن لم ترتق بمستواك الدراسى من الثالث إلى الأول ! " يا له من حافز للتفوق والتجويد ! كثير من المراهقين يواجهون مثل هذا التهديد بحالة ذهنية تقول : " سوف نرى ما سيحدث بهذا الخصوص " . وعلى حين غرة يهبطون بمستواهم من الثالث إلى الرابع .
- **إصدار الأحكام** : قال أحد الآباء أن صديقة له أخبرته أنها أدركت أنها اقترفت خطأ " فادحاً " عندما قالت لابنتها ذات

الأحد عشر عاماً : " لا تقلقى يا " وندى " ، فعندما تكبرين سوف نجرى لك جراحة لتجميل أنفك " فكان رد " وندى " ( رائع أمى . ماذا أنا فاعلة الآن ؟ )

## تَقَبُّل الصمت

" كيف كان امتحان الجبر اليوم ؟ "
" لا بأس " .
" ماذا كان يريد صديقك عندما اتصل بك هاتفياً اليوم ؟ "
" لا شيء " .
" هل ستذهب للمباراة هذا الأسبوع ؟ "
هز كتفين .

لن تصل لأى شيء . هذا لأنك أكثر رغبة فى الكلام من ابنك . قبل أن تجرى محادثة واعية مع ابنك ، يجب أن يكون حاضراً ذهنياً وعاطفياً وبدنياً ، إذا فُقد أى من هؤلاء الثلاثة ، يصبح ابنك غير مستعد للكلام ، لذلك عليك أن تقبل هذا التحفظ ؛ لأن مثل هذا التفهم هو الذى يُقرب ابنك منك فيما بعد . فى نفس الوقت ، عليك بإعداد نفسك لمواجهه سلوك من أكثر السلوكيات التى يسلكها الأطفال إزعاجاً بل رعباً أحياناً وهو : الصمت .

لكى تطرد مخاوفك بأن ابنك قد يكون مدمن مخدرات ، أو أن ابنتك قد اتجهت إلى التمثيل السينمائى دون إذن منك ، عليك بالنظر إلى الصمت على أنه واحد من الآليات العادية والطبيعية التى يستخدمها أبناؤنا فى مراحل مختلفة من نموهم ، وغالباً ما يكونون فى حاجة ماسة إلى الانسحاب إلى داخل قواقعهم لأسبابهم الخاصة ،

نصيحة الآباء والأمهات الخبراء لك حيال هذا هى : " لا تقلق بشأن هذه الأسباب " .

يقول مدير إحدى المدارس الثانوية :

**لا تحاول أن تتصرف وكأنك " شرلوك هولز " ، وتصبح متطفلاً تحاول أن تنبش فيما وراء المعانى فى كل مرة ترى فيها ابنك أو ابنتك أقل حيوية مما يجب أن تراهم عليها ، ولكن ما يجب أن تضعه فى اعتبارك هو تطفلك وعدم مراعاتك لشعور الآخرين عندما تُقحم نفسك عليهم ويكون دافعك لهذا الفضول فقط .**

تصف واحدة من الأمهات أسلوب ابنتها فى تجنب أيَّة محادثة لا تريدها عندما لا يكون لديها الرغبة لذلك . عندما كانت " لويزا " فتاة صغيرة ، وكانت تغضب من شيء ما ولا تريد الحديث عنه ، كانت تتحدث من خلال الحيوانات المحنطة التى تحتفظ بها .

**كانت " لويزا " تحب أحد هذه الحيوانات بشكل خاص ، وتشير إليه على أنه أختها . وعندما أذهب لكى أتحدث إليها ، كانت تضع هذا الحيوان أمام وجهها وتقول : " الأخت لا تريد أن تتحدث اليوم ، هى لا تريد أن تتحدث مع أى شخص " . أشاركها التمثيل وأقول : " لماذا لا تريد الأخت أن تتحدث ؟ " كانت عادة تجيب : " لأن الأخت لا تريد أن تتحدث وحسب " أو " لأن الأخت غاضبة منك . " وهنا أقول : " حسناً لماذا هى غاضبة ؟ " أحياناً تستمر المحادثة ، وأحياناً أخرى تتوقف ، لكن فى كلتا الحالتين لا أضغط عليها .**

**يجب أن نسمح لأبنائنا بالانسحاب إلى داخل عالمهم الخاص دون أى تطفل أبوى** . عندما يشعر الطفل بالأمان وبأن الوحش القابع خارج القوقعة قد رحل ، يفتح المحارة قليلاً ، ويلقى نظرة خاطفة حوله ، لا تقف هناك وبيدك مطرقة تحاول أن تفتحها عُنوة !

ومن ناحية أخرى ، إذا طال الصمت أكثر من المعتاد ، وشعرت أن الوقت قد حان لأن تقوم ببعض محاولات التواصل ، يمكنك أن تجرب واحدة من سياسات الآباء الخبراء وهى علم النفس العكسى أو المضاد ، بدلاً من استخدام القوة ، تراجع وتظاهر بعدم الاهتمام . محاولة تحفيز الطفل فى الوقت الخطأ تشبه فى تأثيرها محاولتك ملاطفة كلب صغير كى يأتى لك . ربما تتذكر . إذا كنت قد حاولت أن تفعل هذا ، فإن صغار الكلاب دائما ما تكون متوترة ، ولا تدرى ماذا تفعل ، فبدلاً من أن يأتوا إليك عندما تناديهم ، تجدهم يذهبون فى الاتجاه المعاكس أو المضاد ، لكن إذا جلست هناك لا تفعل شيئاً : لا تصفق ، ولا تصفر ، ولا تمد يداً ، ولا ترسل قبلات ـ ساعتها يقتربون منك وهم يتمسحون . لماذا ؟ لأنك لست مهتماً !

## تحقيق التواصل

كيف تجعل طفلك يشعر بالارتياح عندما يأتى إليك ، وعندما يأتى بالفعل ، كيف تستقبله فاتحاً قلبك وعقلك له ؟ إن الفكر والتصرف هما الأساس ، هيئتك ، وتصرفك معه هو طريقك لذلك . فالتصرفات والهيئة الخارجية تنم على المشاعر الداخلية . قسمات الوجه وهيئة الجسم ونبرة الصوت تلك المفاتيح التى بدونها يظل طفلك يخمن ، ويفكر فى مدى استعدادك للتفاعل معه ، فمثلاً

عندما تكون نبرة الصوت فاترة لا حماس فيها فإن عبارة : " أحبك " تفقد كثيراً من صدقها ، ولكن عندما تفتح أم ذراعيها لطفلها وعلى وجهها ابتسامة مشرقة بالسعادة وعينيها متلألأة ؟ وحاجبيها مقوسين ، فهى تعبر عن مدى حبها له دون أن تتفوه بكلمة واحدة .

لكى ترسل رسالة صادقة - تريد أن تؤجل بها موعداً لمناقشة ما لأنك لست مهيأ لذلك ، أو لأنه لديك خططاً أخرى - فهنا تكون عبارة مثل " هذا شيء رائع يا عزيزى " أو " أنا سعيد جداً " ليست مقنعة ، لابد أن تكون سعيداً بالفعل ، يجب أن تشعر بالسعادة وأن تعبر عنها كذلك . اجعل سعادتك فى نفس قدر سعادة ابنك ، يمكنك باختصار أن تضع نفسك مكانه وتنظر إلى الحياة من منظوره هو .

وقبل أن تعبر عن نفسك ، عليك أيضاً أن تكون متواجداً ، الخطوة التالية فى طريق إغلاق فجوة التواصل ، وهذا يعنى تحديد وقت معين للحديث مع أبنائك وأن تكون على استعداد لمناقشة أى موضوعات غير مريحة . لدى خبرائنا من الآباء والأمهات الكثير ليخبروننا به عن هذين الموضوعين .

## كُن متواجداً

إذا سجل الآباء شريط فيديو لصباح أحد الأيام التقليدية فى حياتهم ، فسوف يبين هذا الشريط إلى أى مدى هم غير متواجدين فى بعض الأحيان ، سوف يظهر الشريط هكذا : القهوة تُعد والجريدة ترقد أسفل باب المنزل . تفاصيل وضجيج اجتماع عمل متوقع تمر برأسك ، هذا بينما طفلك الصغير ذو الأربع سنوات يراقبك فى صمت وأنت تحلق ذقنك من خلف باب الحمام ، فهو يعرف أن هذا ليس

الوقت المناسب الذى يتحدث فيه مع أبيه . المشهد الثانى : الصحيفة مفتوحة ، أنت تتناول إفطارك وتشرب القهوة وتتصفح الجريدة بسرعة ، ليس هناك فرصة لابنك أو لأخيه الأصغر للاقتراب منك ، وبينما تبتعد بسيارتك يراقبك ابنك صامتا من خلف نافذة غرفة المعيشة ، وقد تلاشت كل الأفكار التى برأسه وهو يرى سيارتك تتلاشى فى الأفق البعيد .

كيف تحذف هذه المشاهد من شريط الفيديو وتصحح الأوضاع ؟ ربما بإدراكك أولاً لحاجه طفلك للتفاعل معك ، سواء كنت مشغولاً أم لا ، وبأن تجعل نفسك متواجداً . هذا ما اكتشفناه عندما روينا المثال السابق لواحد من الآباء ، وكان الحل الذى اقترحه مثالاً نموذجياً :

**اشرب قهوتك ، تناول إفطارك ، اقرأ الجريدة ، تحدث إلى زوجتك ، داعب الكلب ، اتصل بالمكتب ، استمع إلى أطفالك ، افعل كل ذلك فى نفس الوقت ! أصعبُ إدراك هذا ؟ ليس صعباً كما قد يبدو لك ، ثم أفق يا صاح ، هذه هى تربيةِ الأبناء . من قال إنها شيء سهل ، من قال إنك ستجد وقتاً لنفسك كما كنت تجده قبل إنجاب الأطفال ، هذه مجرد واحدة من تضحيات الأبوة ، هذا إن كنت تراها حقاً تضحية .**

يشرح أب آخر كيف أنك ـ عبر السنين ـ سوف تجد أن حاجة طفلك لوقتك سوف تزيد يوماً بعد يوم :

**عندما يكون ابنك صغيراً جداً ، فإن كل ما يحتاجه هو حضن دافئ ووجه مبتسم دائماً ، فى البداية يحتاجون إلى تأكيد منا بأنهم**

**محبوبين ، ولكن بعد ذلك يحتاجون لما هو أكثر من ذلك ، يحتاجون اهتماماً أكثر ، وتوزيعاً جيداً للأصوات ذهاباً وإياباً بينهم وبين والديهم . وهذه هى المشكلة التى يواجهها كثير من الآباء والأمهات ـ فيكون صوتهم هم هو المسموع دائما وهو الغالب على صوت أبناءهم . ونحن عندما لا نستمع إلى أبنائنا فإنهم يشعرون بالتجاهل . يجب عليك أن تولى اهتماماً لاحتياجات أبنائك ، وإلا سوف تزرع بتجاهلك لهم بذور الاستياء التى يمكنها أن تجلب عليك مشاكل لا حصر لها فيما بعد .**

لا يحتاج الأطفال الصغار إلى محادثة فكرية دقيقة . هم فقط فى حاجة لأن يعرفوا أنك معهم . وأنك تهتم بهم . وكذلك الدمى التى يقتنونها ويعتبرونها أصدقاءهم من عرائس ، وجنود ، وخلافه ، قليل من التعاطف يكفيهم ويطمئنهم ، ولكن إذا شعروا أنك لست معهم ـ والأسوأ أنك غير مهتم ـ فسوف يشعرون بأنهم شيٍء تافه وضئيل فى حياة أبويهم ، بل يشعرون أنهم يمثلون عبئاً على هؤلاء الآباء والأمهات المشغولين .

إن الخطر الأكبر فى عدم التواجد يظهر عندما يكون لدى الأطفال أشياء مهمة يريدون البوح بها . وحيث إنك الشخص الوحيد الذى يمكنهم الاعتماد عليه ليستمع إليهم ، ماذا يحدث إذا انشغلت عنهم ؟ إلى من يلجئون ؟ مثل حالة الطفل ذى الثمان أعوام الذى كان يعانى من الكوابيس . فى الرواية التالية تشرح أم هذا الطفل كيف أنها كانت حمقاء فى التعامل مع مشكلة جادة وخطيرة كهذه :

**عندما أبلغنى " جون " ابنى عن أحلام مزعجة يراها أثناء نومه لم أهتم ، بل قابلتها باستهجان فى البداية ، وكان ذلك لسببين : الأول**

أننى لم أكن أريد أن أشجع شيئاً كهذا ، والثانى أننى اعتقدت أنه مجرد شيء عابر . لم آخذ الأمر بجدية بل تجاهلته لفترة من الوقت ، ولكن بعد عدة أيام ، أدركت أن شيئاً ما يحدث ، لذلك فى كل ليلة بعد أن أضعه فى فراشه وأدثره ، كنت أجلس بجانبه بعض الوقت ألاطفه وأداعبه بهدوء ولطف ، وأخبره بالآتى مراراً وتكراراً وبدون تعجل : " أتدرى يا جون ، ليس هناك شيء لا تستطيع قوله لى إذا أنت أردت ذلك . إذا كان هناك شيء يزعجك ، أريد أن أساعدك كى تتخلص منه ، هذا هو دور الأم ، وإن لم يكن هناك شيئاً ، لا بأس ، ستجدنى عندما تحتاجنى على أيَّة حال " . استغرق هذا عدة ليال ، ولكن ـ وبعد أن اطمأن " جون " واستأنس لروتين النوم اليومى ـ أفَضى إلىّ أخيراً بالحقيقة ، وهى أن تلميذاً أكبر منه سناً قد تحرش به قرب فناء المدرسة ، وأن الأحلام المزعجة كانت سببها هذا التلميذ ، وفى الحال استدعيت طبيباً نفسياً ساعده على تخطى هذه الحادثة .

أخبرتنا واحدة من التلميذات ممن تحدثنا إليهن عن مدى أهمية تواجد الأبوين فى حياة أبنائهم عندما يحدث خطأ ما ، أخبرتنا كيف شعرت بالارتياح والنجدة عندما وجدت من يستمع إليها . لكنها مرت بوقت عصيب قبل أن يفعل أحد هذا .

عندما التحقت بروضه الأطفال وأنا صغيرة ، مررت فى اليوم الأول بتجربة مريرة . كان من المفروض أن تأخذنى " إيمى " ابنة الجيران إلى الفصل بعد نزولنا من الأتوبيس ، لكنها لم تفعل ، فقد اختفت وتركتنى ، فأصابنى الذعر . وانفجرت فى البكاء وأنا فى حالة من الهلع . فى اليوم التالى لم أرغب فى الذهاب إلى المدرسة ولم أذكر السبب ، لذلك لم يكن لدى أبى وأمى أية فكرة . فى الغالب إنهم

**اعتقدوا أنها تصرفات طبيعية تحدث لكل مبتدئ بالمدرسة ، لكننى كنت أموت رعباً . ولا أريد أن أُترك بمفردى مرة أخرى . مستحيل أن أعود إلى هذا الأتوبيس . وعندما جاء الأتوبيس ، تشبست بمقبض دولاب المطبخ بكل قوتى لدرجة أنه عندما حاول أبى انتزاعى انخلع هذا المقبض بيدى ، حمداً لله أنه أدرك أن شيئاً خطيراً قد حدث ، ولم يجعلنى أركب هذا الأتوبيس ، وعندما أخذنى أبى إلى المدرسة بسيارته ، أخبرته ونحن فى الطريق عن الذى حدث فى اليوم السابق .**

## أوقات محددة للحديث

الأطفال أذكياء . إنهم يدركون متى تكون بالفعل مشغولاً عنهم ولا تستطيع أن تتحدث معهم ، كأن تكون على موعد مع طبيب الأسنان وعليك أن تسرع للحاق به . أخبرنا أب وأم كيف أنهما قد تعلما طريقة بسيطة للتعامل مع هذه المشكلة ، تعلموها من أبويهما بـ "هونج كونج" :

**عندما ما كانت " ليديا " صغيرة جداً وتريد أن تخبرنا بشىء ما فى وقت نكون فيه مشغولين جدا ولا نستطيع الحديث ، كنا نسمح لها بالحديث ونحن نقول : " ولكن بإيجاز " [ تقوله الأم وهى ترفع إبهامها وسبابتها ] ، فبدلاً من أن نتركها تدفن كل شىء بداخلها ، نسمح لها بأن تخبرنا بالخطوط العريضة ، فقط لنشعرها ببعض الارتياح ، ثم نخبرها أننا سوف نناقش الموضوع فيما بعد عندما لا نكون مشغولون جدا . كانت تتقبل هذا وتشعر بارتياح أنها تخلصت**

**من الشيء الذى يؤرقها . وفي أغلب الأحيان ، لا تعود للحديث عن هذا الشيء مرة أخرى .**

كما رأينا فى حالة أم الطفل " جون " عندما يكون الأطفال فى سن صغيرة يكون وقت النوم الهادئ عند دخول الأطفال فى فراشهم هو الوقت المثالى لإظهار الاهتمام والانتباه غير المشتت ؛ لأن اهتماماتهم تكون عادة أقل تعقيداً من اهتمامات المراهقين ، فإن دقائق قليلة معهم قد تكون هى كل ما يحتاجونه . اعتادت واحدة من الأمهات ـ وهى تعمل محامية ـ أن تعتمد كثيراً على اجتماعات وقت النوم هذه حتى بلغ أطفالها سن الثامنة . كانت تسمى هذه الاجتماعات " المجالسات " . كانت فى هذه الدقائق الخاصة ، ترقد بجوارهم بعد أن تطفئ الأنوار وتظل كذلك لبعض الوقت فى حين يخبرها أبناؤها بما يجول بخاطرهم ، سيئاً كان أم حسناً . هذا هو وقت الإنصات ، لا وقت الحديث .

**كنت أبدأ بسؤالهم " أخبرونى عن شيء جيد حدث اليوم " . فيخبرونى عن يومهم الدراسي وما فعلوه وأصدقاؤهم بعد المدرسة ، وكثيراً من هذه الأشياء التى تعرفونها . ثم بعد أن ينتهوا من هذا ، أسألهم " أخبرونى عن شيء سيىء حدث اليوم " . كنت أشعر أننى عندما أشير إلى الاثنين بنفس القدر من الاهتمام بدون افتراض وجود مشاكل ، سوف يطفو على السطح أيٍ شيء قد يضايقهم ، وغالباً ما كان يحدث ، وبدون أن أُظهر كثيراً من الاهتمام أناقش هذه المشكلة معهم بنفس قدر الاهتمام الذى أناقش به الشيء الجيد . مهما كانت المشكلة ، فإن مناقشتها فى أوقات " المجالسات " الهادئة تكون أسهل كثيراً ، ربما يكون هذا بسبب الهدوء والظلام ، وأننا لا ننظر**

**إلى بعضنا . كل ما أعرفه ، أنه عندما كنت أفكر في نسيان واحدة من هذه المجالسات ، كانوا يذكرونني بها صائحين " ماما ، متى ستصعدين ؟ "**

أما اجتماعات المراهقين فتأخذ وقتاً أطول لأن اهتماماتهم تكون أكثر تعقيداً . كما أنهم لا يحبون المقاطعة . فلا تحاولين عقد هذه الاجتماعات وأنت بالمطبخ أو أمام التلفاز ، أو أثناء رنين جرس التليفون أو أى شيء آخر يشتت انتباهك ، لأن مثل هذه الاجتماعات تفشل لا محالة ، عليك بتنظيم وقت الحديث ، حددى وقتا للذهاب للتسوق معاً ، أشركى معك ابنك المراهق فى الأعمال المنزلية ، اذهبى معه لمباراة كرة ، أو أى أنشطة أخرى حتى يتطلع ابنك المراهق لأن يستولى عليك بالكامل لنفسه . والأهم إنه يلملم أفكاره أثناء الأسبوع كله حتى يأتى يوم الاجتماع فيكون مستعداً له وتكونى أنت متفتحة ومستعدة للاستماع إليه .

كان أحد الآباء يخرج فى موعد للعشاء مع ابنته المراهقة مرة كل شهر، وكان يؤمن تماماً أن هذه المواعيد الخاصة هى سبب النجاح الذى حققته بعد ذلك ، عندما التقينا به كان يشعر بنشوة لأخبار حديثة قد وصلته عن ابنته ، وهى أنه قد تم اختيارها من بين مائتين متقدم لوظيفة مرموقة بشركة حاسبات كبيرة .

**عندما كانت " كاثى " فى الخامسة عشرة ، بدأت أخرج معها فى مواعيد العشاء . كانت ترتدى أجمل ما عندها ، وأرتدى أنا بدله ورباط عنق ، ونذهب معاً إلى أجمل المطاعم ـ أى مكان تريد أن تذهب إليه ـ تلك هى ليلتنا معاً ، أنا و" كاثى " فقط . أحياناً لا يكون لديها شيء محدد تتحدث عنه ، وكنا نقضى وقتاً طيباً وحسب . لكنها كانت تعرف أننا سوف نخرج سوياً لهذا الموعد سواء كان الجو مطيراً**

أو صحواً ، وأنه إذا كان لديها ما تريد أن تتحدث عنه سوف تجدنى هناك آذان صاغية وانتباه غير مشتت .

## ( أوقات خاصة محددة للحديث ـ شيء لا خيار فيه )

تأتى الرواية التالية من عائلة كانت تعتمد كثيراً على أوقات الحديث الخاصة هذه :

عندما كانت " أليسون " فى المدرسة الابتدائية ، عندما كنت أقابلها بعد المدرسة ونعود للمنزل معاً سيراً على الأقدام ، كانت المسافة بعيدة إلى حد ما ، يقطعها غالبية الآباء بالسيارة ، لكننى وجدتها فرصة لأن أستفيد بالوقت وأعرف أخبار ابنتى يوماً بيوم . كنا نتحدث فى أغلب الأوقات عن دروس " أليسون " ومن وقت لآخر ، عندما تكون مكدرة من شيء ما ، نتحدث عن هذا الشيء الذى يضايقها . على سبيل المثال ، كان مع " أليسون " فى الفصل فتاة ضخمة الحجم تستأسد على كل زميلاتها ـ وكانت " أليسون " صغيرة الحجم نسبياً ـ أجبرت هذه الفتاة " أليسون " على أداء بعض الواجبات المنزلية لها ، مهددة إياها أنها سوف تطلب من الجميع ألا يتحدثوا معها إذا هى لم تفعل ، وقامت " أليسون " فعلاً بأداء هذه الواجبات لكن لم ينته الأمر عند هذا الحد ! واصلت هذه الفتاة ابتزاز " أليسون " لتفعل نفس الشيء مرة تلو الأخرى ، واستمر هذا الوضع لأسبوعين أو ثلاثة ـ كما أتذكر ـ وفى أحد الأيام وفى طريقنا للبيت انهارت " أليسون " وأخبرتنى بكل شيء ، عندئذ قام تليفون سريع لأم هذه الفتاة بحل المشكلة وجعلتها أمها تعتذر لى و " لأليسون " عبر الهاتف .

**عندما كنت أريد أن أقنع ابنى " شارلى " بشيء ما كنت آخذه فى جولة بالسيارة . كل ما هنالك أنه كان يقفز إلى المقعد الخلفى حيث لا يرانى ولا أراه . اعتقد أنه كان يشعر بمأمن فى هذا المكان ، كما أن إحساسه بالرهبة كان يتضاءل ، ثم نبدأ الحديث أثناء القيادة ، فيتدفق الحوار بيننا كما لو أن المقعد الخلفى هذا قد فتح بوابة السد . أما عندما كنت أحاول الحديث معه فى أى شيء جاد وجهاً لوجه كان ينتابه الصمت .**

تذكر هذه الأشياء المهمة عن تحديد أوقات معينة للحديث الصادق الذى يخرج من القلب وإلى القلب :

- على كل من الأبوين أن يكونا على استعداد للتحاور مع أبنائهما .
- عليهم أن يكونا فى حالة من الهدوء والسكون وأن تكون حالتهما العاطفية محايدة ، فالغضب مثلا يضعف إحساس الأبوين بالعدالة والإنصاف ، كما أنه يقوى إحساس الأطفال باتخاذ المواقف الدفاعية .
- لا تدع المقاطعات ، أو التسرع ، أو أى شيء آخر يشتت انتباهك عن الحديث الذى يدور بينك وبين أبنائك ، فعلى سبيل المثال : وقت العشاء هو أسوأ الأوقات التى يمكن فيها مناقشة شيء جاد ( ولكن للأسف ، هذا شائع الحدوث ) .
- حَدد مواعيد للحديث مع أبنائك والتزم بها كما تلتزم بأى موعد عمل مهم ، فهذه المواعيد على نفس الدرجة من الأهمية .

## موضوعات شائكة

إن الجنس والمخدرات هما أكثر الموضوعات التى لا يرغب الأبوين ـ وليس الأبناء ـ فى الحديث عنهما . لماذا ؟ عند ذكر هذه المواضيع يتملكهم الخوف : " ما قدر المعلومات التى يعرفها أبنائى عن الجنس ؟ هل سبق وأن جربوا المخدرات ؟ " " لا تخبرنى بهذا ـ لا أريد أن أعرف " .

قال أحد الآباء :

**نحن فى نهاية القرن العشرين ، وسواء أعجبك هذا أم لا ، فإن الأبناء يعرفون الكثير عن الجنس ويصلهم الكثير من المعلومات عن هذا العالم ، أما عن المخدرات فيعرفون عنها أكثر من الذى يعرفه آباؤهم . يمكنك أن تدفن رأسك فى الرمال إذا أردت ، ولكن إذا كان لديك إدراك ووعى كاف فسوف تذهب للمشاركة فى مثل هذه الأحاديث ومعك عدسة مكبرة .**

تغلب من قابلناهم من الآباء علىٍ مخاوفهم ، فقد أثروا معلوماتهم ، وتوافقوا مع ما يحدث ، مثلاً : يعرف الآباء أن الأبحاث قد أوضحت أن الأبناء يجربون المخدرات منذ الصف الرابع ، ويعرفون أن المصطلحات والإيماءات الجنسية والنكات عن أجزاء الجسم ، قد أصبحت ، لا محالة ، جزءاً من المصطلحات العادية التى يتبادلها التلاميذ فى فناء المدرسة . وهنا يقول أحد الآباء :

**لا يمكنك أن تحارب هذا ، ولن تضع أبناءك فى دير الرهبنة ؛ لذلك عليك بإعدادهم لما سوف يواجهونه فى العالم الحقيقى . الجنس ليس شيئاً قذراً أو مثيراً للاشمئزاز ، ولكن ما سوف يسمعونه عنه سيكون كذلك ، قذرا ومثيرا للاشمئزاز ، أخبر أبناءك بحقيقة الأشياء ، فى النهاية ستكون أنت أفضل من التلاميذ فى فناء المدرسة عندما تخبرهم بها ، خُذ شهيقاً عميقاً وتعامل مع هذه الموضوعات الشائكة .**

تحدثت واحدة من الأمهات إلى عدد من الآباء والأمهات ، تشرح لهم موقفها من تعليم الجنس بهذه الطريقة :

**عرفت هذا ، عندما كان ابنى " راندى " يكبر وتنمو مداركه ، كنت أشرح له حقائق الحياة ، وعندما بدأنا فى مناقشة الجنس ، أدركت أنه سمع آلاف من القصص المختلفة من أقرانه عن هذا الموضوع ، ورأيت أنه إن أنا تمكنت من تقويم هذه المعلومات ـ فعلى الأقل ـ سوف تصله صحيحة وتنتشر من خلاله إلى أقرانه من التلاميذ وكان هذا جزءاً من خدمة اجتماعية أقوم بها .**

إذا كان أبناؤك فى سن المراهقة أو على أبوابها ، عليك بتسليحهم بمعلومات كافية عن الجنس ؛ فإن هذا الموضوع يشكل مسألة حياة أو موت لابد أن يكون لك دور فى مواجهتها . حتى الطفل ذو الست سنوات يستطيع أن يفهم حقيقة التناسل ، إن الجنس جزء طبيعى ورائع من الحياة ، وعليك بالتعامل معه من هذا المنطلق ، إذا كنت لا ترتاح لمناقشة موضوع الجنس فسوف يصبح ابنك مشوشاً ومتشككا فى كل ما يخص هذا الموضوع ، لا ريب فى هذا ، أطلق أحد الآباء

ضحكة خافتة عندما ذكرت الأم المتحدثة فقرة اقتبستها من مقالة كانت قد قرأتها :

**لا تندهش إذا كان تعقيب ابنك على حديثك كالآتى : " حسنا يا أمى ، أعتقد أننى أفهم ما تقولين ، الجنس شيء عادى وطبيعى وباعث للسرور ، لكنه أيضاً مخيف ومميت ، يبعث على الاكتئاب ، أليس هذا صحيحاً ؟ "**

تشرح أُم أخرى كيف أنها أتاحت لابنها فرصة قراءة كتاب عن الجنس كانت قد قرأته وقد فعلت هذا برقة بالغة :

**قرأتُ كتاباً جيداً عن التناسل والأمراض .. إلخ . وكان الكتاب يعرض هذا الموضوع بشرح واف مصحوب برسومات ملونة ، وقد وضعت هذا الكتاب فى أسفل رف الكتبِ . لم يكن الجنس بالنسبة لنا شيئاً سرياً ، وكان الكتاب يظهر واضحاً فى مكانه وقد تركته هكذا لمدة سنوات فلم أكن أعرف متى سيرغب ابنى فى قراءته ، فعندما يبدأ الأبناء فى الاهتمام بالجنس لا يعلنون هذا بصراحة ، وفى أحد الأيام اختفى الكتاب ، ووجدته وقد وضعه تحت فراشه .**

سوف نناقش الجنس وبعض الموضوعات الحساسة الأخرى بالتفصيل فى الفصل السادس . ومع ذلك ، فإن الرسالة المبدئية من الآباء والأمهات الناجحين هى : **بغض النظر عن مدى عدم ارتياحك لها ، لا مفر من أن تطرق هذه الموضوعات الشائكة .**

على الرغم من صعوبتها ، إلا أن الموضوعات المهمة التى قد يواجهها الصغار لا يجب أن تترك للصدفة ، أو للمدارس كى تتعامل

معها . فمثلاً : لمن تريد أن يلجأ طفلك أولاً إذا واجه مشكلة ، المدرس ، أم رفيق المدرسة ، أم أنت ؟

## تقنيات الحديث والاستماع

يعتمد المحللون النفسيون على الاستماع لا الحديث ، وهذا لعدة أسباب : الأول ، يحتاج المرء أن يسرِّى عن نفسه حتى يخفف من الضغوط التى تتراكم بداخله . السبب الثانى ، أنه بدون الاستماع لن يستطيع المحلل النفسى أن يعرف مشكلة المريض . ما يحدث مع المحلل النفسى فى الجلسات التحليلية يمكن أن يحدث بالمنزل .

إذا أراد ابنك أن يسرِّى عن نفسه ، لن تفيده محاضرة كلامية ، بل ستجعله ينغلق أكثر ، وعندما تتحدث فى وقت يجب أن تكون فيه مستمعاً ، فأنت بهذا تبعث له برسالة تقول : " أيما يكون ما سوف تقوله لا جدوى منه ، أنا الأب الذكى ، وأنت الابن الغبى ، فلتصمت إذن واستمع لِى " . من يقف هذا الموقف من الآباء لا يفهم حقيقة الوضع إطلاقاً . فالابن لا يحتاج فى مثل هذا الوقت إلى إجابات ! كل ما يحتاجه هو فتح الصمام حتى يفرغ ما بداخله من ضغوط ، أما عندما يواجه بمحاضرات كلامية ، فإن هذا الصمام يُغلق تماماً .

تذكر : عندما يكون طفلك واقعاً تحت ضغط ما ، فإنه يشعر بألم ، فى حالة كهذه لا تستهجن ما يقوله ، لأنه لن يبوح به فى أى ظروف أخرى ، والأجدى ، أن تولى اهتماماً كبيراً للمؤشرات التالية ، والتى أجمع عليها كثير من الآباء والأمهات الذين تحدثنا معهم .

- انتظر حتى تهدأ الأمور قبل أن تقترب من ابنك الذى يشعر بالاستياء والتجاهل لأنه لا يجد آذاناً صاغية ، اطلب منه أن يشرح لك مشكلته وأظهر له أنك على استعداد للاستماع إليه ـ بدون مقاطعة ـ فالوقت ليس وقت الأسئلة ، إنه وقت التجاوب مع المشاعر . فبدلاً من أن تسأل : " ما الذى يضايقك ؟ " قُل : " تبدو متضايقاً ! "
- أخبر طفلك أولاً أنك لا تريد أن تخطئ فهم ما يعنيه فى كلامه . قل له : " أنا لا أدرى على وجه اليقين ماذا يضايقك ، لكننى أريد أن أستمع لما ستقوله ، ثم نناقشه معاً حتى أتأكد أننى أفهمك . " فأنت بذلك تريد أن تتفادى التفكير فى افتراضات ، أو القفز إلى استنتاجات خاطئة .
- بدلاً من أن تترك الضغوط تتراكم داخل أسرتك ، أفسح الطريق لكل عضو بها ليقول " كلمته " . قد تتخذ " كلمته " هذه طرقاً وأساليب غريبة . وهذا ما اكتشفته مدام " فيلانفا " . لكنها تقسم أنه بهذه الطريقة كانت أسرتها تتمتع بالسلام والهدوء لمدة شهر كامل .

**مع وجود ثلاثة أبناء ذكور بالأسرة ، كان لا مفر من وجود مشاحنات سواء تقبّلت هذا أم لا . كانت تلك المشاحنات موجودة دائماً ، حتى فكرت فى ذلك الحفل الشهرى الغريب . أساس هذا الحفل هو أن نخرج عن صوابنا يوماً واحداً فى الشهر وذلك بأن نخرج كل قدور وأوعية المطبخ ونبدأ فى ضربها بالملاعق الخشبية ونحن نصرخ بكل قوتنا مثل مجانين هائجين ، وكان أحد الأبناء يستخدم طبلة وترية وبوق قديم ، لذلك كانت الضوضاء تصل لذروتها ، وكنت**

**أتساءل : " تُرى ماذا يقول الجيران عن هذا ؟ " دعني أقول لك أن هؤلاء الأبناء كانوا يتطلعون لهذا الحفل كل شهر ، وكان المجهود الذى يبذلونه فيه مجهوداً غير ضائع ، ولم يكن هناك مجال لأى ضغوط قد تتوارى بداخلهم .**

إعطاء الفرصة للأبناء كى يسرُّوا عن أنفسهم بدلاً من أن نحل لهم مشاكلهم تعطى أفضل النتائج ؛ لأن كثيراً من مشاكلهم ليس لها حلول ، إنها مجرد جزء من حياتهم وهكذا يكبرون ، وبدلاً من أن تتدخل بشكل غير ملائم افعل كما كان يفعل من قابلناهم من الآباء والأمهات . فقد كانوا يستخدمون أسلوباً سلساً للتواصل أساسه العقيدة الأولية التى تقول " قليل من الشيء يكفى " إليك بعض الأساسيات التى يُقرون بها

- انتظر حتى يطرح الأبناء أسئلة قبل أن تعرض حلولاً " للمشكلات " .
- كُن أكثر استعداداً لاستقبال الرسائل من إرسالها . يقول الكاتب " ليو باسكاجليا " : " إن هؤلاء الذين يعتقدون أنهم يعرفون كل شيء ، سيكتشفون لا محالة أنهم ليسوا كذلك " .
- لا تبدوا مندهشاً جداً عندما تتحدث ولا تعطِ الانطباع بأن المحادثة أهم لديك من ابنك ، اهتم بالمحادثة ، لكن لا تدقق فى كل كلمة وكأنها مفتاح للغز خطير ، إنها ليست كذلك .
- اهدأ . كلما أخذت المسألة بسلاسة ويسر . كلما تقرَّبت من ابنك ، فإن السلوك الهادئ المتزن يؤكد لابنك أنك مستعد للاستماع إليه ، كما أنه يشجعه على أن يعود إليك دائماً .

## الاستماع والتجاوب

استطاع الآباء والأمهات الذين قابلتهم أن يشجعوا أبناءهم على الحديث باتباع " أساسيات الاستماع " الست الآتية والالتزام بها . انظر كيف استطاعوا أن يتطوروا تدريجياً من استماع صامت سلبى ـ شجع الأبناء على الحديث ـ إلى مشاركة أكثر فاعلية من الأبناء بعد أن انطلقت ألسنتهم .

### وضعك وهيئتك

عليك وببساطة أن تنزل لمستوى ابنك حتى تبين له أنك موجود لكى تسانده وتعضده وليس لكى تحاربه . فبدلاً من أن ترتفع بنفسك بعيداً عنه ، تعامل معه بدنياً ومادياً من مستوى أقل . قال مدير مدرسة لأحد الآباء :

**إذا جلس ابنك على الفراش ، اجلس أنت على الأرض ؛ لأن وضعك وهيئتك المادية إضافة إلى سلوك ذهنى متفتح تعبر بصدق عن استعدادك للحديث بدون رقابة .**

### انتبه

هناك فن للاستماع ، وكما يحدث فى أى فن ، لابد من الممارسة حتى تتم الإجادة ، التفت إلى ابنك وركز فيما يقوله كما لو كنت تستمع لمتحدث مهم فى حلقة دراسية ؛ فليس هناك شيئاً محبطاً

لشخص يلقى بدخيلة نفسه أكثر من مستمع يستمع إليه بأذن واحدة .
يقول أحد الآباء وهو مدير لمؤسسة كبيرة :

**تذكر ذلك الحفل ، عندما كنت تتحدث لشخص ما . وبينما كنت تتحدث إلى هذا الشخص كانت عيناه تسرح بعيداً وتطوف بالمكان كله ، ألم يشعرك هذا بأنه يبحث عن شخص آخر يتحدث إليه ؟**

## ليكن ذهنك متفتحاً

احتفظ بآرائك جانباً وتعامل بجدية مع وجه نظر ابنك ؛ فإن الأحكام الانتقاديه تقتل التواصل ، شجِّع ابنك على تكوين معتقداته الخاصة ، حتى لو كانت هذه المعتقدات بعيدة عن الصواب ، هناك وقت طويل لتقويمها ، وبدلاً من أن تقيد تعبيراته ، دعة يسترسل واتركه يتحدث بدون انتقادات .

## استمع فى صمت

إذا كانت عدم المقاطعة سوف تنقل ابنك من مرحلة التمهيد السطحية إلى مرحلة عاطفية أكثر عمقاً حيث تظهر المشاعر الحقيقية . فإنك بالاستماع الصامت سوف تساعده على الوصول لهذه المرحلة بينما أنت ترسل له هذه الرسائل الصامتة : " يمكنك أن تحدد ما تريد أن تشركنى فيه " ، " أنا تواق لأن أسمع أى شيء تريد أن تقوله " ، " أنا أتعاطف مع مشاعرك " ، وهى رسائل بعيدة تماماً عن

تلك الرسائل الغالبة " أنا الأب وأنت الابن " ، " عليك أن تسمع ما أقوله " ، " أنا أعرف كل شيء " .

ومع ذلك ، الاستماع الصامت لا يعنى بالضرورة الصمت التام . عليك أن تتجاوب مع ما يُقال ببعض الإيماءات البسيطة ، أو الابتسامات أو ـ " آه ، هاه " من آن لآخر ، فذلك يؤكد لابنك أنك تنصت إليه ـ دعه يواصل كلامه . وبينما هو يفعل ذلك سوف يتضح موضع شكواه وهمومه . وهذا هو الوقت الذى تنتقل فيه إلى المرحلة التالية ، حيث تستطيع أن تشارك بقدر أكبر من التحاور والتفاعل .

## المشاركة

يمكنك الآن أن تستخدم أسلوب استماع أكثر فاعلية ، يبدأ هذا الأسلوب بدعوات بسيطة توجهها لابنك تستحثه بها على الانفتاح عليك أكثر وأكثر . بهدوء ولطف بادره ببعض الأسئلة غير المحددة ، بعيداً عن الأسئلة التى تُجاب بنعم أو لا : فبدلاً من أن تسأله : " هل واجهتك أى مشاكل بالمدرسة اليوم ؟ " يكون سؤالك كالآتى : " ماذا حدث بالمدرسة اليوم ؟ " احتفظ بهدوءك ولا تُظهر أى انفعال مبالغ فيه ( تذكر علم النفس العكسى ، أو المضاد ، والمثال الذى أوردناه للكلب الصغير الذى تهمله فيأتى إليك وهو يتمسح فيك ) . لقد جاء إليك ابنك طواعية ليفضى إليك بدخيلة نفسه . إنه فى حالة من الضعف والحساسية . فإذا أردت أن تخبره بأن لجوءه إليك صواب ، عليك بالتماسك حتى لو كان ما يخبرك به شيئاً بشعاً . افعل عكس ما تدفعك إليه مشاعرك . يقول أحد الآباء :

**بدلاً من الاندهاش ، أظهر شيئاً من الاهتمام الهادئ العملي . بدلاً من الغضب أظهر تماسكاً ، لا تظهر غضبك من شيء يخبرك بـه ابنـك وإلا فستكون هذه هي آخر مرة يأتي فيها إليك . أخبرتنـي " جـاكي " ابنتي عن كثير مما يحدث بينها وبين أصحابها ؛ مما كـان يجعلنـي أستشيط غضبا ولكني كنت أعرف أنني إن أظهرت هذا في الوقت الذي جاءت تطلب فيه مساعدتي فسوف تبتعد وتنغلق على نفسـها . كنـت أستمع إليها دائما وأخمن ما قد يحدث مـن بعـض مـا كـان يظهـر فـي حـديثها مـن إشـارات ، وكنـت أدفـع المحادثـة برفـق فـي اتجـاه جذور المشكلة التي تؤرقهـا . ولكنـي أبـداً لم أضـغط عليهـا لتخبرنـي بشيء ما .**

كان قد تم اختيار ابنة مدام " كارنستون " كفتـاة مثاليـة لمدرسـتها الثانوية ، وكان هذا شرفاً مصحوباً ببعض الضغوط . تـبين لـك القصـة التاليـة كيـف أن مـدام " كارنسـتون " قـد تعاملـت مـع واحـد مـن الاعترافات الصعبة والخطيرة :

**كنت أعلم أن القنبلة سوف تسقط يومـاً مـا . وكنـت أعلـم أيضـاً أن الاهتمام الذي تلاقيه " تيري " وصديقاتها من الصبية في مثل عمـرهم هو برميل البارود المحتمل انفجاره . حسناً ، في صباح يـوم السـبت وبعد الاحتفال الذي أُقيم للفتاة المثالية ، نزلت " تيري " من غرفتهـا ووجههـا شاحب . بعد مـرور بعـض الوقـت ، وبعـد تناولهـا لعـدد لا أعرفه من فناجين القهوة ، بدأت أسألها بعض الأسئلة البسيطة لأنني أدركت أنها في حاجة لبعض العون ، وقـد أخبرتنـي فـي النهايـة أن بعض الصبية والفتيان قد استأجروا غرفاً بالفندق بعد انتهاء الحفـل . وقالـت : " خرجـت الأمـور مـن أيـدينا بعـد أن ذهـب كـل اثـنين إلى غرفتهما " . شعرت بالغثيان ولاشك أن لوني قد شَحُب مثلها تمامـاً .**

**ولكنى لم أضغط أو أتعجل الحديث . تركتها تسترسل فى الحديث وأنا أومئ برأسى ، وهنا أخذت تحدق فى كوب القهوة البارد الذى بيدها وهى لا تجرؤ على النظر إلىَّ ، وعلى الرغم من أننى كنت قلقة جداً بشأن ما يكون قد حدث ، إلا أننى لم أتطفل وقلت : " حسناً يا " تيرى " إننى سعيدة لأنك أفضيت إلىَّ بهذا " ، وأخيراً أضافت هى أنه على الرغم من أن كل شيء قد مر بسلام " إلى حد كبير " على حد قولها إلا أن " شيئاً لم يحدث " وهنا تنفست الصعداء وأخبرتها أن نفس الشيء قد حدث لى تماماً وأنا فى مثل عمرها . يجدر بك أن ترى وجهها وقد عادت إليه الدماء مرة أخرى .**

## الاسترجاع

لكى تؤكد لابنك أنك تسمعه وتفهم ما يشعر به ، استرجع ـ فى كلمات من عندك ـ ترجمتك لما قاله . قد تندهش عندما تجد نفسك بعيداً جداً عن المعنى المقصود . ربما أن تفسيرك لم يوضح حقيقة شعوره . أو ربما أعطت مجرد تلميح لما لا يستطيع أن يعلن عنه صراحة . كن حريصاً على أن تلتقط من الحديث مفاتيح تساعدك على تجنب الفهم الخاطئ ، لكن عليك أيضاً أن تتذكر دائما أنها مجرد مفاتيح ، ولا شيء أكثر من ذلك . لا تخمن ما يقصده ابنك فى حديثه إذا قال : " لن أستطيع أبداً أن أنتهى من كتابة موضوع التعبير فى الوقت المحدد " أجبه بقولك : " إنك تشعر بتوتر وعدم ثقة فى أنك ستؤدى واجباتك بشكل جيد ، أليس كذلك ؟ " ليكن ما تقدمه له استرجاعاً لا نصيحة . **الاسترجاع الهادئ ينتج عنه إحساس بالرعاية والصداقة الحميمة .**

تحقق من أنك تفهم ما تسمع بأن تسأل ببساطة : " أعتقد أن ما تقوله هو كذا ... وكذا . هل أنا محق ؟ " مجرد سؤال . فى هذا التوقيت من الحوار ، سؤال كهذا لا يعنى فقط الاسترسال فيه ، لكنه سؤال ضرورى .

الأطفال الأصغر سناً بوجه خاص يريدون أن يشعروا أنهم مفهومون . تجنب أن تتهاون بالمشكلة أو تعرض حلولاً لها . فهذا البالون الذى انفجر له مكانة خاصة عند الطفل الصغير ، وقولك أنك سوف تحضر له بالوناً جديداً لا يعد تصديقاً على شعوره بالخسارة . ما يُعد تصديقاً على مشاعره هذه أن تقول عبارة مؤكدة مثل : " أعرف مدى حبك لهذا البالون الأحمر . أنت حزين جداً لفقدك إياه " هذا يؤكد له أنك تتفهم مشاعره ، وقبل كل شيء ، أنك تهتم بأمره .

## كيف يمكنك توصيل رسالتك

قال بعض من قابلناهم من الآباء والأمهات إنهم عندما كانوا يريدون توصيل رسالة ما لأبنائهم فهم يفعلون ذلك بغير تلك العبارات الهجومية التى تبدأ عادة بكلمة " أنت " ، تأتى هذه العبارات ضمن تصنيف عريض للأسباب التى تعوق التواصل ، وكلها أسباب سلبية :

- " أنت تبدو كالأبله " ( قمْع ) !
- " أنت لا تحسن أداء واجبك المنزلى " ( تقييم سيىء ) !
- " أنت يجب أن تذهب لفراشك حالاً " ( أمر ) !
- " أنت لن تخرج مرة أخرى ، إذا عُدْتَ للمنزل متأخراً " . ( تهديد ) !

مثل هذه العبارات تخلق رغبة في المقاومة لا الإذعان ، وإذا كنت تتعامل مع طفل صغير فإن عبارات كهذه يمكنها أن تربكه وتخيفه . يوضح لك المثال التالى كيف أن رسالة اتهام من أحد الآباء قد حولت السعادة إلى تعاسة :

**لحسن الحظ ، كانت تقف بجوارى عندما كنت أحاول منح ابنتى الصغيرة ذات الأربع سنوات عما تفعله ، فقد كانت تنثر الماء والصابون خارج حوض الاستحمام ، وقد بدأت هذا بلهجة خالية من أى رقة ، فصرخت متهماً إياها : " أنت تنثرين رغوة الصابون على أرض الحمام كله ! " وهنا توقفت عما تفعله " شانون " واغرورقت عيناها بالدموع ، لقد كانت تقضى وقتاً طيباً حتى أتى أباها وأفسد عليها هذا ، عندما نظرت إلى ابنتى ـ هذا المخلوق الصغير ـ والصابون يغطى رأسها وقد انخرطت فى بكاء حار ، كنت على وشك أن أنخرط فيه مثلها . أنقذت " شيرلى " الموقف عندما قالت محاولة أن تصحح الأوضاع ـ : " شانون إذا نثرت الصابون كله على أرض الحمام لن يتبقى شيء لحمامك . دعينا نلعب بالقارب بدلاً من ذلك حتى نحتفظ بكل الفقاعات داخل الحوض " وهنا توقفت " شانون " عن البكاء . وحاولت أن أخبرها عن مدى أسفى لكونى صرخت بها ، فلم تعرنى أى اهتمام ، فقد انشغلت تماماً بقاربها .**

إذا حدث وسَلكتَ مثل هذا السلوك الهجومى ، بادر بالاعتذار ، تماماً مثلما فعل زوج " شيرلى " ، وبرر ذلك بأنه حتى الآباء ـ وأنت منهم ـ يقترفون أخطاءً ، ومثل هذا التسليم بالأخطاء له تأثير فعال فى التئام الصدع . **فالاعتذار يقدم استعداداً لعلاقات جيدة .**

إن عبارات الاتهام وما تحمله من رسائل تنم عن مشكلة فهى ـ فى نصها ـ تخبر الطفل أنه طفل سيىء فى حين أنه ليس كذلك إنما سلوكه مرفوض ، وعليك تغيير تلك الرسائل الهجومية إلى رسائل تحمل فى طياتها اهتماماً ما وتتحدث بصيغة المتكلم ، تخبر طفلك من خلالها كيف أن سلوكه يترك فيك تأثيراً ، إنها وسيلة تواصل مجردة من السلطة ، تماماً مثلماً تضع نفسك فى مستوى أقل من مستوى ابنك مادياً وبدنياً بأن تجلس مثلاً على الأرض بينما يجلس على الفراش ، كذلك تضعك الرسائل التى تحمل صيغة المتكلم فى مستوى متساو مع مستواه الفكرى . إن العديد من رؤساء العمل الجيدين يعتمدون كثيراً على هذا النوع من التفاعل الندى ، ليستحثوا طاقة الموظفين بدلاً من محاولة إخضاعهم .

يمكنك أن تجعل هذه الرسائل أكثر فاعلية بأن تتبع الخطوات التالية التى كان الآباء والأمهات ـ الذين التقينا بهم ـ يستخدمونها بانتظام .

- يمكنك أن تُحسِّن سلوك طفلك غير المرغوب فيه باستخدام عبارات جوفاء ؛ فلا تتهم بقدر ما تشرح ، وتعرض أسباب توجيهاتك له ، إليك مثال من إحدى الأمهات :

**أتذكر يوم أن رفضت ابنتى " باتى " ذات السبع سنوات أن تُخرج القمامة ، كان ما قلته يومها هو : " إذا لم نخرج القمامة فسوف تتراكم وتغطى أرضية المطبخ كله وسنضطر إلى تنظيفها وسيأخذ هذا وقتاً كنت أتمنى أن أقضيه فى صنع بعض الحلوى . لم يكن هذا " شيئاً**

**متكرراً " كان فقط أسلوباً لتغيير سلوكها دون أن نخجلها ، أحياناً لابد لك أن تعطى أبناءك مبرراً لما تطلبه منهم قبل أن ينفذوه .**

- عليك أن تبين لأطفالك التأثير الذى تتركه تصرفاتهم عليك . تعطينا مدام " كول " ـ وهى تعمل محاسبة ضريبية من المنزل ـ مثالاً للرسائل التى تحمل اهتماماً فى طياتها وكيف نجحت مع ابنها الذى كان يبلغ ستة أعوام من عمره آنذاك .

**عندما بلغ ابنى " داستين " ستة أعوام من عمره ، أصبح مفتوناً بحيوان السنجاب ، وكان يشعر أن الذهاب إلى الحديقة لإطعامه كل يوم وفى ميعاد ثابت واجب قومى ، وكان هذا الموعد الثابت هو الثالثة ، وهو منتصف يوم العمل بالنسبة لى ، كان يطاردنى بإلحاحه للذهاب للحديقة فى اللحظة التى يغادر فيها سيارة المدرسة ، وكنت دائما أجيبه بلطف : " أخاف ألا أنتهى من عملى بسبب المقاطعات المستمرة ، وساعتها لن نستطيع الذهاب للحديقة ، دون مقاطعات أنتهى من عملى بسرعة ونذهب بسرعة " ، لم أخبره يوماً كم كان سلوكه بغيضاً ، كنت أخبره أن سلوكه يؤثر على ، دون أن أقولها مباشرة . أعتقد أن هنا موضع الاختلاف ـ فإن إخباره بمدى تأثير سلوكه علىّ . كان فى أغلب الأحيان يتقبل ما أقوله ويذهب ليلهو بلعبه حتى أنتهى من عملى .**

تسترسل مدام " كوول " فى سرد حادثة تشرح جانباً آخر من هذا الموضوع ، وهى عن قول صدر من ابنها وهو فى سن المراهقة وقد أغضبها هذا القول كثيراً :

**أنا لا أتذكر ما حدث بالضبط ، لكنني أتذكر " داستين " يقول شيئاً بغيضاً كنت فيما سبق أتغاضى عنه ، لكن لسبب ما وجدتنى أستوقفه هذه المرة ، وعندما أخبرته بشعورى حيال ما قاله أدهشنى رده إلى حد كبير : " أوه ماما ، لم أكن أعلم أننى أغضبتك إلى هذا الحد " . وقد أفاقنى هذا وجعلنى أدرك أننى لم أتواصل معه بشكل جيد ، لم أخبره منذ البداية عن شعورى حيال ذلك ، وبالتالى لم يكن يدرى عنه شيئاً .**

- هذه الرسائل المحملة باهتمام ما تبين لطفلك لماذا يجب عليه أن يغير من سلوكه بدلاً من توجيه الأوامر له بتغيير هذا السلوك . فمثلاً إذ أفصحت صراحة أنك تعانى من صداع ، وأن هذا الصداع لن يزول عنك حتى تأخذ قسطاً من الراحة ، فإن احتمال أن يتجاهل ابنك هذا ويستمر فى إحداث ضوضاء بينما تعانى ، ذلك احتمال ضعيف جداً .
- أهم ميزة تتميز بها الرسائل المحملة باهتمام ما على الرسائل الهجومية هى : أنها لا تترك مجالاً للجدل . فإذا قلت : " أنتم تجعلون الصداع يستبد بى أكثر " ، فأنتِ توقظين حاسة الدفاع لديه ، فيقول : " لا ، أنا لا أفعل ذلك " . لكن لا يستطيع أحد أن يجادل فى حقيقة أن الصداع يؤلمك وأنك فى حاجة للراحة .

## التعاون وتسوية المواقف

كان آباؤنا يستخدمون بانتظام وسيلتان أخريان للتواصل هما : تسوية المواقف ، والتعاون

## تسوية المواقف

الغالب الأعم ممن تحدثنا إليهم من الآباء والأمهات لم يستسلموا لطلبات أبنائهم ، لكن هناك حالات - حالات خاصة جداً - يكون من الذكاء الاستسلام لها ؛ وذلك لتفادى النزاع حول خلافات بسيطة ، كما أن الاستسلام فى مثل هذه الحالات يبين أنك مرن وعلى استعداد لتقبل وجهة نظر ابنك ، وعند استخدام مثل هذه المواقف بحكمة تصبح حالات الاستسلام البسيطة هذه ثروة تمكنك من السيطرة على الأبناء ، يقول أحد الآباء ( وهو يعمل محامياً ) :

**إذا حدث اختلاف تام فى الآراء بينك وبين ابنك ، يصبح الالتقاء فى منتصف الطريق تسوية عادلة ، إذا نظر كل منكما بعين الاعتبار إلى تطلعات وآمال الطرف الآخر ، فالاحتمال الغالب هو أنكم سوف تصلون إلى حل ودى للمشكلة ، وإذا لم تكن المشكلة مسألة حياة أو موت ، فما الضرر فى هذا ؟ إنك لم تتخلى عن شيء ذى أهمية كبيرة ، وسيكون هذا بمثابة نصر كبير لابنك ؛ لأنه عادة ما يخسر كل الجولات الأخرى .**

## التعاون

عندما تصل إلى طريق مسدود ولا تستطيع أن تجد حلاً للمشكلة ، عليك بالتعاون لتصل إلى حل يرضى الطرفين ، وذلك باتباع الخطوات التالية :

- ناقش المشكلة بهدوء ، وذلك بأن تترك كل طرف يتحدث لوقت محدد دون مقاطعات ، أو انطباعات سلبية .
- استخدم أسلوب الاسترجاع الذى تعرضنا له فى الصفحات السابقة ، وبكلمات من عندك أعد على الطرف الآخر ما تعتقد أنه قد قاله ، وكذلك يفعل الطرف الآخر نفس الشيء . فقد يكون كلاكماً بمنأى عن جوهر المشكلة .
- ثم يكتب كل طرف قائمة بالحلول المقترحة ، قارن القائمتين ، ووافق على الحلول التى تعتقد أنها قد تنجح ، ومتى وصلتما إلى قرار مشترك يلبى احتياجات الطرفين . سوف يشعر ابنك ساعتها أن له دوراً ، وأن وجهة نظره يُعتد بها ، وبأن هناك احتمال كبير أن يُستجاب لرأيه .

إليك بعض الخطوات المجربة من الآباء والأمهات الخبراء ، والتى قد ثَبُت أنها لها تأثير فعال لتحقيق تواصل جيد :

- عليك بتجنب الرسائل الغامضة والطويلة ، فمثل تلك الرسائل تسبب الارتباك والملل ، أما الرسائل القصيرة التى تتكون من عدد قليل من الجمل تكون أكثر تأثيراً ويكون انتباه طفلك لها أكثر تركيزاً .
- قبل أن تقول أى شيء ، خطط له ، استعد وتدرب عليه إن أمكن ، تماماً مثلما تفعل قبل أن تُجرى مكالمة تليفونية مهمة .
- تجنب الرسائل المخلوطة مثل : " أنت فتاة ناضجة الآن ، يمكنك إذن أن تقضى الليل بمنزل باتى " ، ثم تتبع ذلك

ب " اتصلى بنا قبل أن تخلدى للنوم " . هل هى كذلك فتاة ناضجة أم لا ؟

- كُن محدداً . إذا كان على طفلك أن يخمن ما تقصده فى رسالتك ، فهو غالباً سوف يستغل الغموض الذى يكتنفها ، خاصة إذا كان ابنك فى سن المراهقة ؛ فالغموض بالنسبة له يمكن أن يكون ممهداً لعدم الإذعان . إذا أردته أن يعود بالسيارة فى وقت " معقول " فالأفضل أن تقول هذا فى عبارة واضحة ومحددة وإلا فسوف تنتظر عودته حتى شروق الشمس .

كيف تعرفين أن قدرتك على التواصل قد تحسنت ؟ حسناً ، لا تتوقعين قولاً مباشراً مثل : " شكراً لك يا أمى ، نحن الآن نتواصل بشكل جيد " ، ولكن توقعى شيئاً آخر ، توقعى علاقة أفضل مع ابنك الذى سوف تحبينه وتُعجبين به أكثر ، هذا الابن الذى قمت بمساعدته بإخلاص وهو يخطو خطواته فى طريقه للانضمام لعالم الكبار .

ربما تكون أفضل نصيحة ـ من بين كل هذه النصائح ـ تلك النصيحة التى جاءت على لسان مُعلم ومربى نمساوى ذائع الصيت هو " برونو بيتيلهيم " ، لقد أدرك " برونو " أن أفضل طريقة لفهم ما يمر به أطفالنا فى طفولتهم هى النظر ببصيرة نافذة لأيام طفولتنا نحن ، وببساطة يقول : " تذكر تجاربك الخاصة ستجد فيها كل الأجوبة " .

## الفصل الثانى

# تشجيع النمو الفكرى

" هل من خدمة أقدمها لك ؟ " هكذا سألت السيدة بارتياب وهى تحدق فى الرجل الأشعث الواقف بالباب .

" أوه . آسف سيدتى . إننى أبحث عن رقم مائة وثمان وعشرين شارع ستيت . أعتقد أننى قد أخطأت ".

" هنا رقم مائة وخمسة وعشرين يا سيدى ، رقم مائة وثمان وعشرين هناك " ، وأشارت بيدها للناحية الأخرى من الشارع .

" آه ، نعم ، بالتأكيد " ، هكذا قال الرجل المرتبك وهو يلتفت ويمشى متثاقلاً ، لم تكن هذه هى المرة الأولى التى يذهب فيها الرجل إلى المنزل الخطأ ، فقد كان ميالاً لحالة من الذهول منذ أن كان طالباً بالمدرسة الثانوية حيث كان سلوكه غريباً جداً ، وقد شخصه أحد الأطباء على أنه مصاب " بانهيار عصبى " ؛ مما جعله لا يتم تعليمه الدراسى . قال عنه أساتذته إنه : " بطئ ذهنياً ، وانطوائى ،

وعصبى ، وغارق فى بحر من الأحلام الحمقى " وكان والده يخجل من صعوبة تكيفه مع المدرسة ، من كان هذا البائس غير المتكيف والهائم دائماً فى أحلام اليقظة ؟ عجباً ، " ألبرت أينشتاين " ، بالتأكيد ، الرجل الذى لم يتوافق مع الأوضاع آنذاك ، ولم يتوافق مع الأوضاع بعد ذلك ، عندما عُرف بعد ذلك كأعظم مفكر فى عصره .

## مشكلة النظام التعليمى

سوف يحاول الكثيرون أن يثبتوا أن " الأوضاع " نفسها هى أصل مشاكل التعليم الحالية . لا يولى عظماء المفكرين المبدعين مثل " ألبرت أينشتاين " اهتماماً خاصاً لاصطلاحات مثل حفظ " العلوم الثلاثة " عن ظهر قلب ـ فى الحقيقة ، كان " أينشتاين " معروفاً جداً بضعفه فى الحساب ـ أما قوتهم فكانت تظهر فى قدرتهم على التصور وعلى الإتيان بعدة إجابات بدلاً من إجابة " الكتاب " الوحيدة المدروسة بدقة بالغة ، لكن هذا " الكتاب " بدلاً من أن يستخدم العقل بشكل إبداعى تجده يشدد ويؤكد على ما يؤكد عليه غالبية المدرسين . فهم نادراً ما يقدرون إبداعات التلاميذ فى إيجاد أساليب متعددة لحل المشكلات ؛ لأنهم يركزون على الإجابات الصحيحة وإجابات الاختبارات النموذجية . يجب أن تُدرس المواد الدراسية بطريقة تؤكد على فهم الخطوات ، لا على الإجابات فقط .

إن الاستيعاب الأعمى للمواد الدراسية وحفظها عن ظهر قلب ، ثم إلقائها بأوراق الامتحان بغية النجاح فقط ، لا ينتج عنه أبناءً أذكياء : لماذا ؟ لأنهم لا يفكرون ، إنهم يستجيبون فقط . يقول " ريتشارد بول " مدير مركز التفكير النقدى بولاية " سونوما " فى

" كاليفورنيا " : " إننا نحشو عقول الطلبة بالمعلومات ، فى حين أنه عندما يكون جوهر العملية يتمثل فى استخدام هذه المعلومات ، فإن ذلك لا يُعد بديلاً للتفكير " .

يكشف باحث آخر هو " ريتشادر آسكى " وهو أستاذ بجامعة " ويسكونسن " عن الوضع المؤسف لمهارات الطلبة الأمريكيين فى مادة الرياضيات عندما أعطى لمجموعة من ٣٥٠ طالباً جامعياً ـ ممن يدرسون علم الرياضيات ـ امتحان قبول لجامعة يابانية . كان الامتحان مكوناً من مسألة ذات أربع خطوات . على الطالب أن يحل الخطوة الأولى ثم يطبق عليها باقى الخطوات .. وهكذا . كانت نتيجة الامتحان الذى اجتازه أغلب الطلبة اليابانيين لم ينجح أحد . لم يستطع طالب أمريكى واحد أن يعرف كيف يتتبع الخطوات وذلك لأنه ليس لديه المقدرة على التفكير الإبداعى التحليلى المطلوب لحل المسألة . لم يستطعوا أن يتخطوا الخطوة الأولى وأن يطبقوا معلوماتهم على موقف جديد .

ربما لو أننا حاكينا الطريقة اليابانية فى التدريس بنفس دقة تقليدنا لصناعة السيارات اليابانية ، فسوف يكون لدى أجيالنا القادمة من الطلبة فرصة للمنازلة والمنافسة فى الألفية القادمة . لكن سيكون هذا راجع إليك لا إلى المدرسة . إن عجز الإمكانيات المادية لا يؤثر فقط على الطريقة التى نعلم بها أبناءنا كيف يفكرون ، بل يتسع تأثيره ليشمل الميدان الثقافى أيضاً .

توصلت واحدة من الدراسات القومية الفنية والتى أجريت منذ عدة سنوات تحت عنوان " من أجل التحضر " إلى أن " تعليم الفنون الأساسية غير موجود بالولايات المتحدة الأمريكية حالياً " وفى نفس

الوقت تقريباً أظهر اقتراع لاتحاد الموسيقيين أن ستة من التلاميذ عرفوا اسم " بيتهوفن " ، لكن خمسة بالمائة فقط هم الذين عرفوا من هو .

ما إذن الحل للحالة المؤسفة لأوضاع النظام التعليمى ؟ الحل هو أنت ؛ لأن غالبية المدرسين لا يقدرون التفكير التصورى بنفس مستوى تقديرهم للدرجات ، إنها مهمتك أنت فى أن تساعد ابنك على تنمية هذا التفكير . إن نجاح ابنك يتوقف عليك أنت ـ لا على المدرسة ـ كى تمده بالحافز الفكرى والتوجيه السليم فى بيئة فكرية ثرية تُقدر التفكير النقدى الإبداعى .

سوف نناقش فى هذا الفصل أهمية التفكير الإبداعى النقدى ، وسوف نقدم تعريفاً دقيقاً للذكاء ، واختباراً بسيطاً لقياس معدل الذكاء أيضاً ، سوف ترى كيف يستطع الآباء والأمهات أن يؤثروا تأثيراً كبيراً على معدل الذكاء لدى أبنائهم ، وذلك بمساعدتهم على تنمية مهاراتهم اللغوية والرياضية ، بداية بأهم تلك المهارات على الإطلاق : وهى القراءة . سوف ترى أيضاً كيف أن الآباء والأمهات الذين قابلناهم قد دفعوا أبناءهم ووجهوهم توجيهاً سليماً فى مشوارهم الدراسى ، وكيف ساعدوهم على تنمية مهارات نظامية ممتازة لعبت دوراً خطيراً فى نجاحهم الأكاديمى ، سوف ترى كذلك كيف استطاع هؤلاء الآباء والأمهات الخبراء أن يعتمدوا على المساعدة وليس الإلحاح . انظر كيف استطاعوا أن يتجنبوا الضغط على أبنائهم كى يجعلوهم أكثر ذكاء بإجبارهم على الاشتراك فى أنشطة وفصول دراسية إضافية ليست جزءاً من المنهج ، من الممكن لمثل هذه الضغوط أن تؤثر بالسلب على تجاوبهم الاجتماعى ، وأن تدفعهم للتمرد والاستياء من آبائهم وأمهاتهم . ويكون لهم كل الحق فى ذلك .

## التفكير الإبداعى النقدى

لسوء الحظ أنه ليس بإمكاننا أن نلتقى بوالدى " أينشتاين " ، وعليه فنحن لا نعرف أى نوع من الأفكار الجريئة والغريبة كانت تدور برأس طفل صغير مثله ، لكننا نعتقد أنه قد حصل ـ مبكراً ـ على قدر كبير من التحفيز الفكرى من أبوين ساعداه على التمكن من المهارات الأساسية للتفكير الإبداعى النقدى ، مهارات نادراً ما توجد بالمناهج المدرسية . وهى ذاتها المهارات التى يجب عليك كأب ( أو كأم ) أن توفرها لابنك .

كما ثبت من خلال اللقاءات التى أجريناها ، إنه يمكننا دائماً أن نفعل هذا وفى أى وقت ، فليس هناك أواناً محدداً لهذا . تماماً مثلما يستطيع الناس من أعمار مختلفة أن يتعلموا الغناء ، أو الرقص / أو لعب الجولف ، أو حتى قيادة الطائرات ، يستطيع كذلك الطلبة أن يغيروا من سلوك وعادات الدراسة ، أو القراءة ، وأن يحسنوا من ذكاءهم ونشاطهم الذهنى . نعم يمكن أن يصبح اكتساب مثل هذه المهارات أفضل ما يكون فى السنوات الأولى من عمر الطفل ، لكن ـ وكما اتضح لنا ـ يستطيع الأطفال من سن قبل المدرسة إلى سن المدرسة الثانوية أن يحسنوا من مهاراتهم الإبداعية ، تتحدث واحدة من الأمهات بلسان العديد من الآباء والأمهات الذين قابلناهم ، وأخبرتنا كيف أن ابنها الذى يبلغ من العمر أربعة عشر عاماً قد تغير ١٨٠ درجة عندما التحق بالمدرسة الثانوية وتعرف على مجموعة جديدة من التلاميذ كانوا متحفزين وتواقين للنجاح .

**لم يكن " مارتى " ينظر إلى المدرسة نظرة جدية . كان يحصل على درجات معقولة إلى حد ما فى المدرسة الابتدائية ، ولكن عندما التحق بتمهيدى ثانوى واكتشف عالم الفتيات والرياضة والدراجات بدأ مستواه فى التراجع ، وبدأ يلهو مع مجموعة لاهية من التلاميذ . صحيح أن البراءة والسذاجة كانت طابع هؤلاء التلاميذ ، لكن فى نفس الوقت لم يكن لديهم نظام عمل دراسى ، كانوا يحبون اللعب وحسبٍ . وكان موقفنا منه دائماً هو : " تعال إلينا عندما تكون مستعداً ، نحن موجودون لمساعدتك . إننا لا نستطيع أن نمنعك من رؤية أصدقائك ، ولكنك بهذا السلوك تجعل اختباراتك بالحياة تساوى صفراً " . وقد كتبتٍ أيضاً شيئاً بهذا المعنى فى رسالة لـ " مارتى " . الغريب جداً أنه بعد ذلك بعامين ـ بعد التحاقه بالمدرسة الثانوية مباشرة ـ أحضر " مارتى " الخطاب وصعد إلى غرفتى بالطابق العلوى ذات ليلة وقال لى : " أنا مُستعد وجاهز الآن " . وفى اليوم التالى اتصلت هاتفياً بمستشار علم النفس ، وحددت موعد اجتماع نناقش فيه رغبة " مارتى " للالتحاق بالجامعة وأفضل البرامج التى تؤهله لهذا ، عندما تركنا مكتب المستشار بعد الاجتماع قال لى " مارتى " : " أنا لا أريد قضاء ثلاث سنوات كاملة فى التمهيد للجامعة ، سوف التحق بالجامعة مباشرة يا أمى " .**

سيواجه أبناؤك ـ أثناء مشوار حياتهم ـ دائماً مواقفاً جديدة تتطلب منهم أن يفكروا بطريقة إبداعية انتقادية . سوف ترى من خلال هذا الفصل كيف أن الآباء والأمهات الخبراء قد ساعدوا أبناءهم على مواجهة هذه التحديات ، وذلك بإتاحة بيئة منزلية تشجع الإبداع ، بيئة يكون مسموح فيها بالأفكار الحرة والمبتكرة ، بل المجنونة أيضاً ، بيئة تشجع كل هذه الأفكار . وقد ساعد هؤلاء الآباء والأمهات أبناءهم على الغوص داخل اتجاهاتهم الفكرية المختفية وعلى تخطى

المهارات المدرسية فى التفكير ، لقد علموهم أن يكونوا صورة مصغرة من " أينشتاين " وأن ينظروا إلى العالم نظرة إبداعية انتقادية جديدة ، لقد نحى هؤلاء الآباء جانباً كل أجهزة القيادة والرقابة لديهم ، وكل أفكارهم ومفاهيمهم الشخصية عما هو صواب وما هو خطأ . لقد شجعوا الابتكار ، وقدروا الإبداع والعفوية وحافظوا على روح الإبداع حية .

إليك ما قاله أحد أساتذة الفنون عن تنمية الإبداع فى لقائه معنا :

**يعبر الأطفال عن أنفسهم من خلال الرقص والغناء والرسم والآلات الموسيقية ، تلك الأنشطة التى تسمح لهم أن يجربوا ويمارسوا أقصى ما لديهم من تخيلات وبمنتهى الحرية . إن متعة الإبداع تأتى من القيام بشيءٍ فريد ، شيء مبتكر دون شروط أو قواعد . يبلى الأطفال بلاء حسناً فى هذا المجال بلا إرشاد أو توجيه ، وبالأخص بلا رقابه . على الأساتذة والمعلمين أن يأتوا ببعض الموضوعات بغرض المتعة الخالصة ولا شيء غير ذلك .**

يشرح لنا أحد الآباء الذين قابلناهم ـ ويعمل مدرس مبيعات فى واحدة من المؤسسات الكبيرة ـ التشابه بين بيع منتج ما إلى مستهلك ، وبين تربية طفل قادر على التفكير الإبداعى ، تتفق أفكاره مع ما قاله مدرس الفنون فى الفقرة السابقة :

**فى تدريبى لأفراد المبيعات كنت أعلمهم ألا يناوروا ، أو يتلاعبوا ؛ لأن هذا قد يؤثر على المستهلك فى تحديده لاحتياجاته ، فى أحد هذه الدروس كنت أعرض صورة لفتاة صغيرة تقف وهى تحمل بيدها الرسم الذى رسمته بالمدرسة وعلى ملامحها علامات الضيق . عندما سألتها أمها عن سبب ضيقها ، قالت الفتاة أنها عندما**

**رسمت الصورة لم يكن بها غير المنزل والسماء فقط ، لكن المدرس قال إن الصورة سوف تبدو أكثر جمالاً لو أنها قد رسمت طائراً بالسماء وقد رسم هو بنفسه هذا الطائر . كانت الفتاة تكرر مراراً وتكراراً وتقول لأمها : " لم أكن أريد طائراً فى رسمى . لم يكن هناك أى طائر فى رسمى " .**

إن توجيه الأطفال وإرشادهم وهم يحاولون التعبير عن أنفسهم سوف يخمد إبداعاتهم ويبعث لهم برسالة تقول : " إن تفكيركم خطأ . من الأفضل ألا تحاولوا هذا مرة أخرى " .

إليك المقولة التالية التى سوف تساعدك فى تجنب مثل هذه الرسائل : **يتعلم الأطفال كيف يفكرون بطريقة إبداعية انتقادية فى بيئة تشجع الأفكار الجديدة ولا تنتقدها .**

على الرغم من أن التفكير الإبداعى مجرد جزء من التوازن . إلا أن الأطفال موضوع دراستنا قد تعلموا أن يجمعوا بين التفكير الإبداعى والانتقادى ، وقد مكنهم هذا من التفكير بأسلوب تحليلى استفهامى يستطيع أن يكون فكرة كلية عن الموضوع ، وفى الوقت المناسب يمكنهم أن يرفضوا البيانات المقررة ، وبدلاً من القبول المطلق بأى أفكار كما لو كانت مسلم بها ، يواجهون هذه الأفكار فى تحد ويطبقوا عليها مناهجهم واستنتاجاتهم ، وذلك بعد أن ينظروا إلى المشكلة بمنظور انتقادى ، ثم يتقدموا فى اتجاه حل هذه المشكلة .

إليك مثال لأب وأم منشغلين دائماً ، ليس لديهم إلا أقل القليل من وقت الفراغ ـ خاصة أثناء عطلة نهاية الأسبوع ـ إلا أنهم يجدون الوقت ليتدربوا على الجزء المحلى من برنامج قومى ممتاز يسمى " الأوديسا من الذاكرة " وهو برنامج يشجع على التفكير الإبداعى

ومعالجة المشكلات . يوجد مركز قيادة هذا البرنامج التطوعى فى " جلاسبور " بولاية " نيوجيرسى " تحت اسم " جمعية الأوديسا من الذاكرة " يكمِّل البرنامج التنافسى بين فرق المدارس المختلفة فى إقامة مشاريع يقوم الأطفال وحدهم بتصميمها وإنشائها .

**الاختلاف بين هذا البرنامج وغيره من البرامج هو أنه يحرم على الآباء الاشتراك فى هذه المشاريع ، فلا تجد أباً يحمل المطرقة القديمة والمسامير ويتوجه لمساعدة الأبناء ، هذا ممنوع تماماً . كل شيء ، نعم كل شيء فى هذا المشروع يجب أن يتم بأيدى التلاميذ أنفسهم حتى يكون التنافس عادلاً وحتى يتعلموا أن يتعاملوا مع المشكلات بأنفسهم . إليك التعهد الذى ينص عليه هذا البرنامج وتجده فى الكتيب الخاص بهم : " دعنى أكون أنا الباحث عن المعلومة ، دعنى أبحر فى الطرقات المجهولة ، ودعنى استخدم قدرتى على الإبداع حتى أجعل من العالم مكاناً أفضل كى نحيا فيه " . إنها قواعد ممتازة يمكننا أن نربى الأبناء على أساسها .**

يقدم لك المثال التالى نموذجاً من التفكير الإبداعى النقدى ، ربما لا يكون هذا المشروع قد فاز فى مسابقة " الأوديسا من الذاكرة " لكنه يعد مثالاً حيًّا للإبداع ، عندما كان هذا الطالب فى عامه الأول من المرحلة الثانوية ، كان رجال الفضاء قد وصلوا لمرحلة السير بالفضاء ، اقترح عليه مُدرس العلوم هو وزملائه بالفصل أن يقوموا بعمل مشاريع تتعلق برحلات الفضاء ، لكن المدرس أخطأ حين قال أنه ليس فى الإمكان قياس تأثير ظاهرة انعدام الوزن على الأرض ، وكان هذا هو كل ما يحتاج " جاسون " سماعه ، هكذا يقول والده وهو يشرح لنا ما فعله ابنه :

**كان " جاسون " يعرف أن هذا ليس صحيحاً لأنه كان قد قرأ مقالاً يشرح كيف أنك عندما تقفز من القارب وتغطس فى الأعماق تشعر وأنت فى أقصى عمق تغطسه بحالة انعدام وزن ، وعليه فقد قام بتجربة مجنونة حيث صنع كبسولة فضاء من علبة عصير وألحق بها مظلة هبوط ( براشوت ) ، ثم تسلق قمة شجرة عملاقة فى فناء المنزل ، وقام بالآتى : استخدم فأراً صغيراً كبديل لرجل الفضاء وقذف به فى فراغ على شكل قوس من المفترض أنه يمثل الفضاء ، ثم جذب هذا المخلوق التعس ووضعه فى متاهة ليختبره قبل وبعد وقت التجربة - أو ما يفترض أنه تأثير حالة انعدام الوزن - أنا لا أعتقد أنه قد أثبت أى شيء بهذه التجربة ، لكن المدرس أخرج " جاسون " ليقف أمام الفصل كله ليشرح التجربة التى قام بها بالتفصيل قائلا إنها مثال للتفكير الانتقادى ، وقد حصل على أعلى الدرجات ، قد يكون هذا لغرابة التجربة فحسب .**

## ما الذكاء ؟

دعنا نتخلص من خرافة الذكاء الفطرى ، ومن تلك الفكرة الخاطئة التى تقول : " إن أى شيء تولد به يظل ملازماً لك " . وظل علماء النفس لعشرات السنين يناقشون العلاقة بين الذكاء الموروث والبيئة التى تؤثر على معدل الذكاء . فقد ناقشوا قضية " بيئة النشأة " ، وقد قمنا بحصر عدد كبير من الشواهد التى تبين مدى تأثير الآباء والأمهات على نمو مهارات الإدراك والمعرفة لدى أبنائهم .

## معدل الذكاء

بمراجعتنا لبطاقات المتابعة للتلاميذ موضوع دراستنا وجدنا أن قياسات معدل الذكاء تتكرر كثيراً فى البطاقات ، بعض من هؤلاء التلاميذ كان بطيئاً فى البداية ، وكثيرون كانوا يجدون صعوبة فى بعض العلوم ، لكن فى النهاية كانوا جميعاً يحققون النجاح ، وذلك **لأن آباءهم وأمهاتهم قد شاركوا بفاعلية فى نمو أبنائهم الفكرى من خلال التحريض والإثارة المرئية والمسموعة والملموسة .**

إن الذكاء يختلف تماماً عن " مستوى معدل الذكاء " ، إن هذه العبارة المثيرة للقلق قد ساء فهم معناها تماماً ، لقد وضع هذا الاختبار فى المقام الأول بتفويض من وزارة التعليم العام لـ " ألفريد بينيه " بأن يطور اختباراً يمكنه أن يحدد من بين التلاميذ من يحتاج للمساعدة وليس اختباراً للذكاء . إنه اختبار يحدد معدل الأداء للمهام الأكاديمية مقارنة بمعدلاتها لدى الأطفال فى نفس العمر ، لكن وبمرور الوقت حدث سوء فهم لهذه العبارة وأصبح ينظر إليها على أنها وسيلة لقياس الذكاء باستخدام رقم بسيط ، هذا الرقم يمكن تحسينه جداً بتعليم الطفل كيف يفكر بشكل أفضل .

لقد وجد " روبرت ستيرنبر " وهو أستاذ علم نفس بجامعة " يل " أن العلاقة بين الذكاء الموروث والأداء الحياتى ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمقدرة على تطبيق القدرات الذهنية وأيضاً بالمقدرة على التفكير بأسلوب جديد عند مواجهة تحديات جديدة ، على سبيل المثال : إذا ذهب شخص أمريكى إلى إنجلترا للمرة الأولى وفوجئ وهو يقود سيارته بإشارات المرور تخبره بأنه يتخذ الطريق الخطأ وعليه فى الحال أن

يُعدل من تفكيره ويجارى الوضع الجديد . وهو عندما يفعل هذا ، يزيد من معدل ذكائه .

وبنفس الطريقة ، يساعد الآباء والأمهات فى إعداد أبنائهم تدريجياً لمهام أكثر صعوبة فى إدراكها وذلك بالتركيز على الاحتمالات التى يتعرضون لها فى جميع مراحل حياتهم ، إليك بعض ما ينصح به الخبراء الآباء والأمهات ليفعله غيرهم من الآباء والأمهات :

- عليك بمراقبة شخصية ابنك لتعرف أى نوع من الذكاء يُظهر . قد يكون شخصاً دقيقاً ومتألقاً يتعلم أفضل فى بيئة هادئة ومنظمة ، أو قد يفضل الصورة الكبيرة الواضحة ، أو الاقتراب الفكرى من القضايا ، أو قد يكون فى أفضل حالاته عندما يستذكر دروسه فى حجرة بها مجموعة كبيرة من الرفاق تأكل الفشار بصوت مسموع . تجنب التدخل بأى انطباعات شخصية لما يجب أن تكون عليه شخصيته
- ابحث عن أى وسائل إبداعية تزيد بها اهتمام طفلك للتعامل مع التحديات ومواقف التعلم الجديدة ، تخبرنا مدام " نيومارك " عن طالب مراهق ، وكيف أنه قد قبل أحد التحديات الكبيرة التى جعلت عقله يعمل وقتاً إضافياً :

**لقد قام " جارى " بتجميع جهاز الاستريو الخاص به ـ مستقبل الصوت ، مضخم الصوت ، الميكروفونات وكل شيء ـ من مجموعة أدوات كان أخوه الأكبر قد أشار إليها بواحدة من المجلات الإلكترونية ، وكان أخوه " إيرنى " يحب موسيقى " الجاز " وتجهيزات الاستريو ، وقد قام هو أيضاً بتجميع جهازه ؛ لذلك أراد**

" جارى " أنٍ يحذو حذوه . هل كان عملاً مضجراً ، استغرق منك ستة أشهر تقريباً ؟ لكنه كان يستحق هذا ، أليس كذلك يا " جارى " ؟

أجاب " جارى " الذى كان يحضر المقابلة :

**كل ما أتذكره أنه عندما انتهيت أخيراً من العمل وضغطت على زر التشغيل بعد أن قمت بتوصيل آلاف الأسلاك الصغيرة الملونة والتى كانت تنتشر بالمكان كله ، لم يحدث شيء ، لم أسمع أى صوت . بدأت أبحث وأفتش عن السلك المفكوك حتى وجدته ثمٍ أدرت الجهاز مرة أخرى وجاءنى صوتٍ " جِون كولتران " لطيفاً منطلقاً كما لم أسمعه من قبل . كان شيئاً رائعاً ، انحبست له أنفاسى .**

عليك بتوفير بيئة مستقرة ومحفزة تشجع على التطور ، كثير من وسائل الإعلام تنتقد الآباء الذين يهتمون بنجاح أبنائهم فى الامتحانات فقط ، ويؤمنون بنظرية تعليم أبنائهم " كيف يصبحون أذكياءً " . أما الآباء والأمهات الذين التقينا بهم فهم لا يؤمنون بمثل هذه النظرية ويختلفون مع هؤلاء الآباء اختلافاً تاماً .

**عليك أن تتحرك وتفعل شيئاً إن أنت أردت أن تربى الطفل . عليك أن تسرع وتباشر هذا بجدية ، لا تتوقع أن ترسل أبناءك إلى المدرسة هكذا ببساطة ، ثم تتوقع أن يصبحوا عباقرة . عليك أن تُعِدهم بالمنزل وتستخدم كل وسيلة ممكنة لتحقيق هذا .**

- لتكن توقعاتك من ابنك معقولة وفى تزايد مستمر ، سواء كان هذا بخصوص القراءة ، أو الموسيقى ، أو الألعاب المهارية ، أو شيء آخر . فبمجرد أن يتمكن من مستوى ما ، انتقل به إلى المستوى التالى ، تذكر هذه المقولة المهمة : **الوصول إلى البقاء فى المنطقة المريحة لا يوسع المدارك .**

أهدينا لابنتنا " لورى " فى إحدى المناسبات لعبة المتاهة ، هذا الصندوق ذو السطح الملئ بالثقوب ، فى هذه اللعبة من المفترض أنك تحرك الكرة المعدنية الصغيرة من طرف إلى آخر دون أن تقع منك فى واحد من هذه الثقوب ، يا لها من لعبة صعبة إلى حد كبير . حسناً قضت " لورى " عدة أسابيع " قبل أن تتمكن من اللعبة ، كانت تجلس إليها طوال الوقت ، وأخيراً استطاعت أن تصل إلى الطرف الآخر بنجاح ، ثم قال لها أبوها : " ما رأيك فى العودة إلى الطرف الآخر الآن ؟ " أتذكر وأنا أراقبها عندما قال هذا ، نظرتْ إلى اللعبة ، ثم رفعت عينيها إليه ، ثم عادت ونظرت إلى اللعبة ، وقالت : " حسناً " وبدأت فى العودة للطرف الآخر ! لقد أحبت هذا النوع من التحدى ، أعتقد أن أباها كان يحفزها لشيء أكبر ، وعندما بدأ فى الشعور بالارتياح لانتصار حققته فى النهاية تمكنت من السير فى اللعبة إلى الأمام ، وإلى الخلف بنجاح كبير ، إذا جربت هذه اللعبة ، سترى مدى صعوبة أن تتخطى الثقب الأول فقط .

- عليك أن تؤمن بقدرتك على تحسين طاقة ابنك الذهنية ، وذلك بأن تطعمه المادة الخام المناسبة التى تحفز عقله على العمل ، هذا يعنى تخلصك من تلك الاعتقادات الخاطئة عن الذكاء الموروث .

سوف ترى فيما يلى كيف أنه من الواجب أن يكون لك دور حيوى فى تطوير قدرة ابنك الفكرية ، لكى تعرف السبب ، دعنا نتعرف

باختصار طريقة عمل العقل . فكما فى لعبة الشطرنج ، إذا أنت عرفت قدرة كل قطعه سوف تلعب أحسن وستصبح اللعبة مناورة إلى أقصى درجة .

## العقل

يوجد بداخل العقل ، نظام من الأسلاك الكهربائية تشبه خطوط التليفونات التى تصل عدة مئات البلايين من الخلايا ببعضها . وتسمح لهم بالحديث مع بعضهم البعض . تمر الرسائل عبر الخلايا ، تتشعب أو تتفرع ، ثم تنتشر إلى خلايا أخرى ، إذا حدث ولمست شيئاً لزجاً ـ على سبيل المثال ـ على الفور تتواصل ملايين من الخلايا لاسلكياً مع بعضها البعض وترسل لك رسالة تقول " أوه " وعليه تسحب أنت يدك فى الحال ، إذا كنت تعزف مقطوعة موسيقية صعبة على آله الكمان ـ كمثال آخر ـ فإن ملايين أخرى من الخلايا تنهض للعمل وتستدعى المقطوعة من الذاكرة ، وتحدد بدقة موقع الوتر المطلوب الضغط عليه من بين أوتار الكمان .

يقوم الجانب الأيمن من المخ بمراقبة الموقف ، لكى يكون فكرة عامة عنه ، بينما يقوم الجانب الأيمن بتنظيم وتحليل البيانات التى يراقبها الجانب الأيمن ، يمكنك أن تساعد ابنك على أن يصل بين نصفىَ دائرة المخ من خلال التحفيز الذهنى ، فالتحفيز الذهنى هنا هو المادة المستخدمة لبناء الممر الذى يصل بين النصفين .

لاحظت " ماريون ديامون " ـ وهى باحثة عقلية وأستاذة بجامعة " كليفورنيا " وحاصلة على الدكتوراه ـ من خلال أبحاثها على الفئران أن الخلايا العصبية التى تكون قشرة الدماغ يمكن استبدالها

" بالخبرة " ، حيث يمكن تغيير التكوين الكلى لها ، تقول " ديامون " إن كل جزء فى عصب الخلية التى قمنا بقياسها يبين تغيراً فى الاستجابة للبيئة المحفزة . ففى البيئة الثرية حيث تتواصل الفئران مع بعضها البعض ، وتلعب على الأرجوحة ، أو أى جهاز آخر فى حركة دائرية ، يزداد حجم الفئران وتصبح عقولها أكثر فاعلية لأن التحفيز أوجد تواصلاً ، وروابطاً جديدة بين الخلايا . إن السر فى نموهم الذهنى هذا هو فى تلك الأنشطة الإيجابية التى يمارسونها ، وليس السلبية . فمثلاً القراءة نشاط إيجابى ، فى حين أن مشاهدة التلفاز نشاط سلبى .

الشيء المهم الذى يجب أن تتذكره من بين كل هذا هو أن عقل طفلك ينمو فى الحجم والوزن بينما يستجيب للتحديات والمواقف الجديدة التى تقدمها له . " **إن خُطوات التفكير هى التى توسع المدارك وتُدرب مهارات حل المشكلات** " .

عندما يحاول طفل أن يلمس شيئاً معلقاً ، أو حاول طفل آخر أن يميز بين الأشكال ووجد صعوبة فى هذا ، فى هذه اللحظة تتكون ممرات كهربائية جديدة لكى تحمل رسائل حل المشكلة ، وهنا ينمو العقل . على الجانب الآخر ، إن لم يكن هناك هذا الشيء المعلق ، أو الأشكال التى تحتاج إلى تمييز ، لن يكون هناك تحديات جديدة ، وبالتالى يبقى العقل على حاله دون نمو .

طالما أن العقل ينمو باستجابته للتحفيز ، فإن بيئة غنية هى شيء مهم وفورى لزيادة قدرة طفلك العقلية . هناك شيء آخر على نفس القدر من الأهمية وهو التوقيت الذى تقدم فيه حافزاً جديداً لابنك لأن الأطفال يمرون بمراحل يكونون فيها أكثر تقبلاً ، لذلك تحدث مراحل النمو عادة فى الفترة من ثلاثة أشهر إلى عشرة أشهر ، ومن عامين إلى

أربعة ، ومن ستة إلى ثمانية ، ومن عشرة إلى اثنى عشر عاماً ( فى البنات ) ومن أربعة عشر إلى ستة عشر ( فى الأولاد ) . فى أثناء هذه المراحل تنمو شبكات عصبية جديدة وكذلك روابط لحائية . هذا هو التوقيت السليم لتقديم خبرات ومعارف جديدة للأبناء .

كيف تعرف أن مثل هذه المراحل قد حلّت ؟ سوف ترى علامات تشير إلى استعداد طفلك لتقبل تحديات جديدة . قد يبدأ فى طرح نوع جديد من الأسئلة ، أو تتغير نظرته إلى موضوع ما وتصبح أكثر تعقيداً . عندما يفعل هذا ، انتبه : لقد تكونت قنوات اتصال عصبية جديدة . إنه جاهز الآن ، عليك بإثارة فضوله وتزويده بتحديات جديدة لكن احترس : بينما قد يعوق عدم التحفيز ابنك عن التعلم ، فإن زيادة التحفيز والإثارة قد يكون لهما ضرر أكبر .

تحدث المشاكل عندما يحاول الآباء والأمهات الضغط على أبنائهم لكى يتعلموا أشياء صعبة أو يتحدثوا قبل الأوان ، قبل أن تحين مرحلة النمو التالية ، وقبل أن يكتمل نمو العقل وعضلات الحلق والفم . قد يفقد الطفل حماسه للتعلم إذا أجبره أبواه على فهم معلومات خارج حدود إدراكه ، أو إذا أفرطوا فى تحفيزه فى جلسات تضجره وتتعبه ، وربما يجعله هذا يتمرد على كل المعلومات الجديدة وينغلق تماماً ، حتى إن بعض الأطفال يظهر عليهم أعراض عضوية للرفض ؛ لأنهم يشعرون بضغوط تُمارس عليهم تدفعهم للأداء لا للتعلمَ .

بعض من قابلناهم من الآباء والأمهات وجد أن أفضل حل لمسألة مراحل النمو وتوقيتاتها هو أن تراقب ابنك وتجعله يرشدك وليس العكس . لا يتفق اثنان من الأبناء على شيء يتعلموه . عليك إذن باحترام شخصية ابنك ، ودع احتياجاته وقدراته هى التى تحدد أى

من الأنشطة تتيحها لـه ، وسـوف يخـبرك ابنـك متـى يأخـذ كفايتـه منها . يخبرنا مستشار لإحدى المدارس الثانوية بالآتى :

**يجب على الآباء والأمهات أن يقدموا الأنشـطة الجديـدة لأبنـائهم فى التوقيت الصحيح مثـل القيـام بعمـل الحفـلات الموسـيقية وزيـارة المعـارض والمتـاحف ، لا تتعجـل تعـريفهم بالموسـيقى ، والفـن ، والرقص ، وكل شيء آخر . التجول بصالة عرض فنيـة شـيء لا بـأس به ، أما محاولة شرح نظرية الانطباعية لطفـل عمـرة خمـس سـنوات شيء لا داع له .**

**فمثل هذه الموضوعات تحتـاج إلى مستوى معـين مـن النضـج حتـى يمكن فهمها ، إذا تعجلـت وتحـدثت فـى شـيء كهـذا فسـوف يكـون موضوع الحديث مضجر جداً لابنك ، وقد ينفره من الفن للأبد ، انتظر حتى يستجيبوا لهذه الموضوعات بـوعى وفهـم ، وإن أظهـروا اهتمامـا خاصا فى مجال ما ، قدم لهم المزيد من الـرحلات ، أو المحاضـرات ، أو الدروس فى هذا المجال ، تـذكر أن الأبنـاء فـى حاجـة ماسـه لأن يشعروا بالذاتية ، وأن يتعلموا على قدر إمكانياتهم هم ، فـلا تنكـر ذلك أو تتجاهله بالنسبة لهم .**

ضع فى ذهنك أن ابنك قد يكون طفلاً معجـزة يسـتطيع أن يعـزف مقطوعة موسيقية كاملة وهو ما زال فـى الخامسـة مـن عمـره ، أو قـد ينجح فى تسلق الأشجار فى سن السابعة ، دورك هنا هو أن تتيح لـه الاثنين وتتركه هو يحدد أيهما يريد .

## تنمية الذكاء

تشكل الحقائق والمعلومات ماهية الذكاء الإنسانى ، إذا كان شخص ما على غير دراية بقضايا الساعة ـ فى السياسة والفنون الحرة وكل القضايا التى تقع ضمن تصنيف " المعلومات العامة " ـ فهو بهذا يحجب عن نفسه الجانب الفكرى من المجتمع ، ويحدد اختباراته فى كل مجالات الحياة ، إذا تقدم للحصول على وظيفة ما فى شركة كبيرة ، فلن تستمر المقابلة معه طويلاً إذا كان كل ما يعرفه عن الشركة هو المنتج أو الخدمة التى تقدمها . فإن حصولك على معلومات عامة محدودة تعنى فرص نجاح محدودة أيضاً .

يستوعب الناس الحقائق والمعلومات ويثروا معلوماتهم من خلال ميادين مختلفة للمعلومات مثل الميدان العلمى والاجتماعيات ، أو العلاقات العامة والأنشطة المادية .

الغالبية العظمى من الآباء والأمهات الذين تحدثنا إليهم ناقشوا جانبين رئيسيين من جوانب الذكاء وهما : الجانب اللغوى ، والجانب الرياضى . ولكن قبل أن نناقش هذين الجانبين بشكل خاص ، دعنا نعرف كيف أعدوا أبناءهم لاكتساب المعلومات . قبل أن يأخذ الطفل موقعاً مهماً فى ملعب كرة البيسبول يجب أن يتعلم أولاً كيف يُمسك بكرة طائرة ، ولكى يكتسب هذه المهارة ، يجب أولاً أن يتدرب جيداً عليها ، وبالمثل ، إذا أردته أن يحصل على أقصى فائدة من رحلة ميدانية ما يجب أولاً أن يكون قادراً على الملاحظة وعلى الاحتفاظ بما يراه فى ذهنه حتى يمكنه استرجاعه عندما يريد ، وإلا فسوف تكون الرحلة مجرد تسلية قصيرة يعيشونها وحسب . ساعد طفلك على اكتساب معدل رئيسى من الكفاءة والمقدرة الذهنية مبكراً فى

حياته ـ قبل القيام بمثل هذه الرحلات الميدانية ـ حتى عندما تقدم له فرص للتعلم ، يستوعب المعلومات المطروحة بدون إحباط ، لاشك أن أول خطوة فى هذه العملية هى القراءة :

## القراءة

لأن القراءة تُعد أول وأكثر مراحل النمو الفكرى حيوية ونشاطاً ، فقد أولاها الآباء والأمهات الخبراء اهتماماً كبيراً ، وأكدوا على غرسها فى أطفالهم منذ سنين حياتهم الأولى . أدركو سلفاً أن عادة القراءة تتشكل لدى أطفالهم فى السنوات الأولى من حياتهم . بالطبع ، يستطيع الأطفال الأكبر سناً أن يحسنوا من قراءتهم بالاستعانة بمدرس خصوصى ، أو بالالتحاق بفصول دراسية للقراءة السريعة ، لكن إذا كان طفلك فى سن أصغر ، انتبه لهذه الجزئية واهتم بها اهتماماً خاصاً لأنه من الصعب جداً التخلص من عادات القراءة السيئة ( أو غير الموجودة أصلاً ) وأكثر صعوبة أيضاً من أن نبدأ البداية الصحيحة .

أجرى " ريتشارد أندرسون " ، مدير أبحاث القراءة بجامعة " إلينوى " دراسة عن عادات القراءة لدى تلاميذ الصف الخامس ، ووجد أن الأطفال المميزين بشكل خاص فى القراءة يقضون أربع أمثال الوقت الذى يقضيه غيرهم من الأطفال فى القراءة . وأن الأطفال المتفوقين الذين يحصلون على تسعين بالمائة فى الاختبارات يقضون حوالى عشرين دقيقة فى القراءة كل يوم ـ هذا غير القراءة المنهجية التى يؤدونها داخل فصول المدرسة ـ أما الأطفال الذين يحصلون على خمسين بالمائة فيقرأون لمدة ست دقائق فقط كل يوم .

ما العامل الرئيسى الذى يؤثر على هؤلاء الطلبة المتفوقين ؟ لا غرابة فى أن هذا العامل يتمثل فى عادات القراءة لدى آباءهم وأمهاتهم . نكرر هذا مرة أخرى ، أنت القدوة التى يريد ابنك أن يقلدها ، فدعه يقلد حبك للكتب واحتفاءك بها ـ بدلاً من أن يُقلد إهمالك للكتب وعدم اعتناءك بها ( بعد إحصاء أجريناه عن مدة مشاهدة التلفاز لدى العائلات التى التقينا بها ، اكتشفنا أن تلك العائلات تشاهد التلفاز بمتوسط ٢,٢ ساعة فى اليوم ، وهذا أقل من ثلث متوسط زمن المشاهد لدى عامة الشعب وهو سبع ساعات فى اليوم .

لأن الآباء والأمهات الذين قابلناهم قد أدركوا أهمية القراءة القصوى للنمو الفكرى لدى أطفالهم ؛ لذلك تجد لديهم الكثير ليذكروه عن هذا الموضوع ، انظر كيف غرسوا فى أطفالهم حباً عميق الجذور للقراءة فكما قالت واحدة من الأمهات : " كانت القراءة هى السر وراء نجاح ابنتها فى كل شيء " .

كى تجعل من القراءة تجربة مثيرة وممتعة للأطفال الصغار ، استخدم صوتاً مسرحياً أثناء القراءة ، وأسلوباً مفعماً بالحيوية يثير فيهم الفضول . يقول أحد المعلمين :

**إن فى القراءة أشياءً لا يستطيع التلفاز أن يصمد أمامها ، ففيها تجد الألغاز المثيرة ، والسيرة الذاتية المبهرة ، وقصص الرحلات الجريئة ، وإذا تعلم الأبناء القراءة منذ سنين حياتهم الأولى سوف يفضلونها عن أى نشاط آخر عندما يكبرون .**

عندما يبدأ الأطفال فى القراءة بأنفسهم . شجعهم على الحديث عما يقرأونه حتى يحترموا الأدب ويقدروه أكثر . اطرح على ابنك أسئلة عن الشخصيات ، وعن الحبكة الدرامية ، وعن مضمون الرواية والغرض منها . ثم أعد صياغة أفكاره فى كلمات من عندك حتى يستطيع أن يكتشف المعانى الضمنية الأكثر دقة ، والتى يحاول المؤلف نقلها . هذا هو نوع التفكير النقدى الذى سوف يطلبه منه فيما بعد أساتذته بالمدرسة الثانوية والجامعة . أما واحدة من الأمهات ، وهى معلمة بمدرسة ثانوية ، فتذهب إلى أبعد من ذلك :

> **بعد أن تقوم " بليندا " ابنتى بقراءة قصة جيدة ، كنت أسألها عما قرأته فى القصة وتعتقد أنه مهم ، ثم أطلب منها أن تكتب هى قصة من عندها ، قصة يكون لها هدف ، ثم نشترك معاً فى وضع حبكة درامية للقصة تحقق لها هذا الهدف ، أو قد تضع هى واحدة من عندها . كانت " بليندا " فى السادسة من عمرها عندما بدأنا تمارين الكتابة الإبداعية هذه ، كانت القصص التى تكتبها آنذاك لا تزيد عن نصف صفحة . لكنها أدركت روعة فن الأدب . أنا على يقين أن تلك المحاولات الأولى للكتابة هى التى جعلت " بليندا " كاتبة مقال جيدة فى المدرسة الثانوية .**

عندما يُظهر طفلك مهارة ما فى مرحلة من المراحل ، داوم على تنمية مهاراته التحليلية بأن توفر له ما يقرأه من الكتب التى تحمل معارف جديدة وتساعده على توسيع مجال قراءته ، فهذا يجبره على أن يفكر بشكل تقدمى ، وأن يطرح أسئلة ، وتصبح القراءة هى عامله الذى لا حدود له .

حدد جلسات عائلية للقراءة يليها فترة لمناقشة ما يثيره الأدب من متعة وإثارة وحزن وغير ذلك من العواطف ، تبادلوا أفضل الفقرات ، تناقشوا فى أسلوب الكتابة وأهدافها ، أخرج العبارات الفعالة لُغوياً . تناقشوا فى الأفكار والمفاهيم الصعبة مثل " الأمانة " ، و " الروحانية " و " علم البيئة " . تناقشوا أيضاً فى رسالة الكتابة والرموز المتوارية فى الأعمال الأدبية ، يربط أحد الآباء بين ما حصل عليه من الخبرة أثناء المدرسة الثانوية وبين أحد المدرسين ، والذى كان يعتبر مثالاً للمدرس النابض بالحياة الذى يأمل كل طالب فى أن يكون فى أحد الفصول التى يدرس لها عند توزيع جدول المدرسة .

**لا أحد ينسى السيد " ستيفن " . كنت أحب دروسه جداً . لم يكن أحد يستطيع أن يتنبأ بما قد يأتى به ليشرح لنا درساً ما . أتذكر مرة قضى فيها وقت الحصة كله وهو يشرح لنا المعنى المستتر فى جملة افتتاحية قصيرة فى رواية لـ " تشارلز ديكنز " وكانت تقول : " نادنى بإسماعيل " من يعرف أن فى هذه الجملة القصيرة التى تتكون من ثلاث كلمات يستغرق تفسيرها ساعات طويلة . لقد كنا نفعل نفس الشيء مع أبنائنا وهم يقرأون أيضاً . أعتقد أن القراءة لمجرد المعرفة شيء جميل ، لكن عندما كنا نحاول أن نبحث عن المعنى الذى يريد المؤلف أن يعبر عنه ، أو هدفه من الكتابة فى المقام الأول ، كنا نستمتع دائماً بمناظرة حية ، إن الأدب شيء ساحر ، هذا ما كنا نشعر به عندما نتحدث عنه ، كانت الكتب تمنحنا الكثير دائماً .**

دع ابنك يراك تقرأ فى كافة المعارف وفى مواضع مختلفة . عندما تقرأ الجرائد ، أو المجلات ، أو الكتب بصوت مرتفع ، سوف

ينصت طفلك لما تقرأ ويهتم ببعض الموضوعات أكثر من الأخرى . تتبع هذا . أحضر مقالات وكتباً أخرى تتحدث عن نفس الموضوع ، ولكن لا تعلن عن ذلك ، لا تقول : " إنهم هنا " وإلا سوف يشعر طفلك أنك تتلاعب به ويفقد اهتمامه سريعاً اتركهم فى أى مكان بلا اهتمام ، وسوف يعثر عليهم .

بجوار المدرسة هناك المكتبة التى تُعد أهم معهد فى حياة طفلك . لكى تتأكد أنه يعطيها حقها من التقدير ، تعامل معها بترغيب لا بإلتزام . التقينا مع أحد الآباء وهو طبيب وقارئ فى مكتبته التى يختلى فيها للقراءة ويحتفظ بآلاف الكتب على رفوف خشبية تلف المكان كله وترتفع إلى اثنى عشر صفاً يصل إلى قمتها مستخدماً سلماً قدمياً من هذا الذى يُطوَى ويُستخدَم بالمكتبات . قال هذا الأب محذراً الآباء الآخرين بأن يتعاملوا مع القراءة والمكتبة بحذر شديد حتى يتجنبوا نفور الأبناء وانصرافهم عنها .

**استخدم المكتبة لتكون هى الهدية أو الهبة بالنسبة لطفلك . اجعل منها متعة ، شيئاً عزيزاً تفعله . الفكرة الرئيسية هنا أن تكون هدية وليس التزام . تناول القضية معكوسة وقل مثلاً : " أولاً لابد أن تذهب للتسوق ، ثم تذهب بعد ذلك للمكتبة " ، هذا يختلف كثيراً عن " بعد أن تقضى الساعات المتفق عليها فى القراءة بالمكتبة ، نذهب للتسوق " ، انظر إلى الاختلاف ؟ إذا فعلت هذا بأسلوب سليم ـ ولابد لك أن تفعله هكذا إذا كنت تأمل فى تنشئة طفلك متميزاً أكاديمياً ـ سوف تجد أن الأبناء ينجذبون للمكتبة بدلاً من أن يُكرهوا عليها .**

اذهب بأبنائك للمكتبة وهم صغار جداً ، اغرس فيهم عادة زيارة المكتبة . بدأت مدام " يى " تأخذ ابنتها " كارى " إلى المكتبة وعمرها لا يتجاوز ثمانية عشر شهراً ! والنتيجة ؟ فتاة متميزة رائعة ، دائماً ما تكون على رأس قائمة المتفوقين وعند التخرج ألقت خطبة الوداع . تقول " كارى " التى نادراً ما تراها بدون كتاب :

> كل ما أستطيع أن أخبرك به هو أننى أعشق القراءة ـ القراءة فى كل شيء إذا لم أكن أقرأ فى ثلاث أو أربع كتب فى وقت واحد لا أكون فى حالتى الطبيعية . أعرف أن سبب هذا هو أننى قد نشأت بالمكتبة .

تقول مدام " يى " أيضاً أنها جعلت " كارى " تستفيد من القراءة الجماعية بالمكتبة وبالوقت الذى كان يخصص للرواية مما عزز حبها للقراءة . وهى تزكى هذا وتنصح به الآباء والأمهات الآخرين .

أخبرتنا أم أخرى ـ وهى مدام " بيلينى " ـ أن ابنتها " ميشيل " كانت تقرأ على الأقل ثمان أو تسع كتب فى اليوم عندما كانت فى السابعة من عمرها ، وعندما استوضحناها هل تقصد تسع كتب فى الشهر قالت : " لا فى اليومِ الواحد ، كانت " ميشيل " تقرأ بهذه الغزارة ، بالطبع كانت كتباً صغيرة . لكن أمينة المكتبة كانت تثنى دائماً على قراءتها وتناولها كتاباً جديداً " . وقد أجرينا فى اليوم التالى لقاء مع " ميشيل " عبر التليفون من كلية طب " روبرت وود جونسون " بـ " نيوجيرسى " .

اسمح لابنك أن يشترى الكتب المستعملة التى يريدها ، أو اقترح عليه أن يستبدلها بمجلة تتحدث عن نفس الموضوع الذى يثير

اهتمامه مثل أى شيء آخر ، فإنه عندما يشترك الطفل فى تكلفة شراء شيء ما ، فإن هذا الشيء ستزداد قيمته بالنسبة له ، بالإضافة إلى أن تعجله للتعرف على القضايا الجديدة يستحق التكلفة فى حد ذاته . تخبرنا مدام " ماركوس " أنه عندما كان ابنها " دانيال " فى السابعة من عمره لم يكن يهتم كثيراً بالقراءة ، ولكن عندما أقيم معرض المدرسة للكتب . شجعته على الذهاب إليه ؛ لأنه لم يكن قد زار أياً منها من قبل ، وقد فعل وكانت نقطة تحول فى حياته ، إليك ما حدث :

**لم يكن " دانيال " يهتم بالقراءة ، لكنه كان يحب كرة القدم . عندما عاد للمنزل ومعه قائمة بالكتب المعروضة بالمعرض ، أخبرته أنه يستطيع أن يختار الكتاب الذى يحب أن يشتريه وأعطيته دولاراً ، لكنه عندما ذهب للمعرض ، رأى كتاب عن كرة القدم يتحدث عن اثنين من لاعبى الظهير الخلفى المعروفين ، وهم : " تروى أيكمن " و" ستفين يانج " وكان شغوفاً بهما ، كانت المشكلة أنه لم يكن لديه نقود تكفى كان سعر الكتاب دولاراً ونصف ، لذلك اتصل بى فى العمل ليسأل إذا كان يستطيع أن يحصل على نقود أكثر ، كانت المرة الأولى التى أراه فيها مهتماً بالكتب . ومنذ ذلك الحين ، تعلمت أن أشترى له الكتب التى تتحدث عن موضوعات ـ وبالأخص أشخاص ـ يحبها ، وهنا بدأ يقرأ بمعدل جيد .**

تروى لنا مدام " بيلينى " قصة أخرى عن ابنتها التى سوف تصبح طبيبة ، قد تبين هذه القصة التأثير المباشر للقراءة فى سن مبكرة ، وربما تكون الأقدار وما تفعله بنا :

**كان لدينا فى مدينتنا الصغيرة " نيوجرسى " مكتبة صغيرة ومحدودة لبيع الكتب ؛ لذلك كانت " ميشيل " مهتمة بتلك المكتبة الكبيرة التى أخذها إليها أبوها فى نيويورك ، واشترت منها كتاباً بعنوان ( تيدى تذهب للدكتور ) . حسنا ، عندما حضرت لزيارتنا الشهر الماضى فى إجازة الربيع ، بحثت عن هذا الكتاب ، وأخذته معها وهى عائدة للجامعة حيث تدرس فى كلية الطب ، هل كان هذا الكتاب هو السبب وهو الذى وضع البذرة ، أتعتقد هذا ؟ على أيَّة حال إنها فى طريقها الآن لممارسة مهنة الطب .**

لابد وأن يرغب الأبناء فى القراءة ؛ لذلك عليك أن تزرع هذه الرغبة بداخلهم باستخدام علم النفس العكسى مرة أخرى ، لا تكافئهم على القراءة ؛ هذا الخطأ الشائع يجعلهم يعتقدون أن القراءة عمل لابد من إتمامه ، بدلاً من ذلك ، اسمح لهم بالقراءة أكثر إذا هم أنجزوا الأعمال التى يجب عليهم إنجازها . اتبع نصيحة الأب الطبيب واجعل من القراءة هدية قيمة ، وليس عملاً روتينياً آخر ، هذا بالضبط ما فعله أحد الآباء الذين التقينا بهم :

**عندما تأتى عطلة نهاية الأسبوع ، كنت أقول لأبنائى : " حسناً ، إنها ليلة الجمعة ولن تذهبوا إلى المدرسة بالغد . يمكنكم أن تظلوا نصف ساعة إضافية لكى تقرأوا إذا سوعدتم بإطفاء الأنوار فى التاسعة تماماً " . كنت أعرف أنهم سوف يلجأون إلى المصابيح الكشافة بعد التاسعة ، هل سبق وقرأت رواية " الأولاد الأشداء " تخبرك هذه الرواية انه ليس من السهل السيطرة عليهم ؛ لذلك كنت أتوانى قليلاً ، وأترك بطاريات إضافية فى المصابيح القائمة بجوار**

**فراشهم ، تلك منطقة أخرى من تأديب السلوك سوف ننظر إليها من الجانب الآخر .**

لكى تساعد ابنك على تكوين صورة لنفسه كقارىء ، وفِّر له بغرفته بيئة تساعد على القراءة وتشجعها ، كانت مدام " دالى " تضع رفوفاً للكتب فى شرفة ابنتها وتشجعها على إنشاء مكتبتها بنفسها ، وقد فعلت هذا فعلاً ـ وهى تلك المكتبة التى كانت تحاول أخيراً التخلص منها عندما ذهبنا للقائها . لقد أخذتنا إلى داخل المنزل عبر مرآب مملوء بالكتب كانت تستعد لبيعها فى اليوم التالى فى مزاد تقيمه بهذا المرآب . مئات من الكتب ذات الأغلفه الورقية فى كافة الموضوعات منتشرة على أرض مرآب فى أكوام متباينة التنظيم ، عندما سألنا لماذا تبدو بعض الكتب جديدة ، ولماذا يبدو البعض الآخر مهملاً ومطوي الصفحات ، قالت تشرح لنا هذا :

> **الكتب الجديدة هى تلك الكتب التى قرأتها " ساندى " مرتين فقط ، أما أغلب تلك الكتب ( وأشارت إلى أكوام من الكتب ) قرأتها مرات ومرات ، كانت إذا أحبت كتاباً ما ، تقرأه ، ثم تقرأ عشرات غيره ، ثم تعود وتقرأه مرة أخرى ، تفعل هذا حتى مع أصعب الكتب .**

وقد أشارت مدام " دالى " فى حديثها معنا بعد ذلك ، إلى أنه لا ضرر فى أن يقرأ طفلك كتاباً ما عن المغامرات ، أو الرياضة مرات ؛ ومرات لأن اهتمامه سوف يتغير فى النهاية ، وسوف يتسع مجال اختياراته أكثر وأكثر مع استمراره فى القراءة ، فى نفس الوقت ،

ذلك سوف يزرع بداخله عادة ممتازة سوف تؤثر تأثيراً بالغاً على دراسته وحياته فيما بعد ، وإذا كان أصدقاؤه يقرأون نفس النوعية من الكتب ، فهذا هو المبتغى . سوف يطرحون ويناقشون كل ما يقرأونه وسوف يعزز هذا مهارات التفكير النقدى لديهم .

## أساسيات التعلم :

تضع القراءة المبكرة أساس النمو الفكرى وأساس تطوير الصفات الرئيسية التالية ، والتى تكون ـ لدى الأعم من الناس ـ غير وراثية ، أى تولد مع الإنسان ، بل لابد من اكتسابها بالتعلم . كل المفكرين المبدعين أصحاب التفكير النقدى يتمتعون بهذه الصفات .

- ملاحظة ما يحدث فى أى موقف .
- مقارنة الأفكار بعضها ببعض والنظر إلى نقيضها حتى يمكن استخلاص العلاقة بين بعضها البعض .
- تصنيف المعلومات وتخزينها منطقياً .
- فرز المعلومات واسترجاع البيانات المناسبة .
- توجيه أسئلة وثيقة الصلة بالموضوع لتقييم المشكلة واستخراج استنتاجات من الحقائق .
- التوصل إلى نتائج ذكية .

كى تساعد طفلك على تنمية هذه الصفات ، هناك عدة أشياء لابد من توفرها . سوف نبدأ بقائمة ( لا تفعل ) ، ثم ننتقل إلى قائمة

( افعل ) ، وهى قائمة الآباء والأمهات الخبراء ، ثم نتبع ذلك بمناقشة تفاصيل الذكاء اللغوى والرياضى .

- لا تأخذ دليل التعليم بحرفية شديدة ، خفف من صراحة أفكارك عن التعليم . وما يجب أن يكون عليه ، وبدلاً من ذلك اتبع قيادة ابنك ، وسوف يخبرك بما يريده من الأنشطة والتجارب المختلفة .
- لا تدفع بالحقائق لابنك حقيقة وراء أخرى . امنحه وقتاً ( يفكر فيه فى التفكير ذاته ) . إذا كان هدف الآباء والأمهات هو تربية أطفال رائعين يكونون مصدراً لفخر لهم يظهروه فى حفلات العشاء ، فهم بهذا يسيئون لأطفالهم إساءة بالغة - كما سبق وناقشنا فى بداية هذا الكتاب - إذا اهتم الآباء والأمهات بتلبية احتياجاتهم هم لا احتياجات أطفالهم فهم فى حاجة إلى إعادة ترتيب أولوياتهم بحيث يصبح أبناؤهم فى المقام الأول .
- لا تقوم بدور الأب أو الأم طوال الوقت . لا تسارع بتقديم الإجابات لابنك أو العون فى نفس اللحظة التى يواجه فيها صعوبة ، لا تقوِّض غريزة الرغبة فى التعلم لديه ، ساعده على أن يكون عقلاً مفكراً مستقلاً لا يحتاج مساعدة أمه . علِّمه ( أن يتعلم كيف يتعلم ) بأن تشجعه على أن يبحث بنفسه عن الإجابات .

**كان عمر " شيلبى " ثمانية عشر شهراً فقط آنذاك ، حين كنا نتريض بالفناء الخلفى ، وكانت تمسك بـ " ميرفى " وهو القرد الدمية الذى كانت تحبه وتهتم به ، قلت لها : " دعينا نأخذ " ميرفى " فى نزهة بالدراجة " . ووضعنا " ميرفى " فى خزانة**

**أسفل مقعد الدراجة ، بينما نحن فى نزهتنا رأيتها تحاول إخراجه من الخزانة ، كانت تكافح مزلاج الخزانة مثل نمر قوى يكافح شيئاً ما ، تستخدم كل وسيلة ممكنة كى تفتحه ، لكنها لم تستطع . لا تظن أنها التفتت حولها طالبة المساعدة ، ولكنها استمرت فى محاولاتها بعد خمس دقائق من الكفاح ، ثم فتحت الخزانة وأخرجت " ميرفى " .**

- لا تعمل على وقاية وحماية ابنك من الفشل . تقبل الأخطاء . وأكد له أن الطرق والإجابات الخاطئة هى مؤشرات تنبئنا أنه يعدد مصادره ، وأنه يجرب وسائل جديدة أكثر صعوبة وهذا هو الطريق الوحيد الذى يمكن من خلاله أن يصبح أكثر ذكاءً .

تذكر أن الأطفال لديهم فضول نَهِم لفهم العالم الذى يرونه ؛ فهم يفضلون التعلم عن اللعب ، عليكَ بالاستفادة من رغباتهم ! فهى عندما تعرض بطريقة مثيرة وممتعة فإن مئات الملايين من تلك الخلايا تستطيع أن تمتص قدراً كبيراً جداً من المعارف الجديدة .

إليك قائمة ( افعل ) والتى تشكل أساس التعليم المؤثر :

- عليك بتأسيس بيئة عائلية تُفضى إلى التعلم ( تساعد عليه وتشجعه ) ، أظهر عطشاً للمعلومات الجديدة يقلدك فيه طفلك . ساعده على أن تكون له مشاركة إيجابية فى طريقة تعليمه بأن تؤسس غرفته بأسلوب وطراز محفز فكرياً ، إليك الطريقة التى حقق بها أحد الآباء هذا :

**كنا نعلم أنها مسئوليتنا أن نساعد ابنتنا " بوني " كي تنهض بعقلها وتطوره ؛ لذلك فقد جعلنا من حجرتها نموذجاً مصغراً لمعهد تعليمى تسبح فيه مع أفكارها ، وقد كان . فقد أحبت غرفتها ، وقد صممناها لها لكي تماثل غرفتنا تماماً . يتوسطها مكتب ، وفى مواجهته أرفف للكتب ، وكنا إذا جلسنا إلى المكتب لنقرأ تذهب " بونى " وتجلس إلى مكتبها . كان فى الغرفة ركن الفنون وآخر للألعاب ، ومثله للموسيقى حيث تضع البيانو والساكسفون اللعبة . فى الواقع أنها داومت على هذا والتحقت بفريق المدرسة للموسيقى عازفة لآلة الساكسفون .**

- ترقب ميول الطفل واستعداد ته ، فالأطفال يكتسبون مهارات التعلم فى تسلسل طبيعى ، ولا يستطيعون تعلم مهارة أعلى بدون التمكن من المهارة السابقة لها ، سوف يعطيك طفلك إشارة تنبئك إذا كانت المادة التعليمية التى طرحتها عليه صعبة جداً ، وأنه يفقد اهتمامه بها ، أو أنه على العكس من ذلك يستوعبها ومستعد للمزيد من تلك المواد المحفزة . وعندما يكون مستعداً للمزيد ، كن مبالغاً بعض الشيء ، فالأطفال مثل الإسفنج يمتصون المعلومات بشكل أفضل إذا أنت غمرتهم فى تصنيف غزير من الأنشطة والخبرات .
- قم بتقسيم أى مهمة إلى مجموعة من الخطوات المنظمة ، بحيث ينتقل طفلك من مرحلة مريحة إلى مرحلة أكثر تحدياً ، لا تجعله يتباطأ كثيراً فى المنطقة المريحة ، فقد ذكرنا فيما تقدم أنه يفعل ذلك خوفاً من الفشل ، إذا كنت قد جعلت طفلك يتقبل فكرة التعلم من الأخطاء ، ساعتها لن يخشى الانتقال إلى المرحلة المتقدمة .

**كان لوالد " جاك " دور كبير فى جعله يقطع شوطاً طويلاً فى بناء نماذج الإنشاءات وهو فى السابعة أو الثامنة من عمره ، كان " جاك " قادراً على بناء نماذج صغيرة وموفقة جداً للقوارب الشراعية ـ البسيطة منها ـ ثم اشترى له والده نموذجاً كبيراً ومعقداً جداً لسفينة شراعية مثل " بنتا " و " سانتا ماريا " بكل أشرعتها وحبالها ، كانت بالفعل معقدة جداً ، لكن " جاك " تمكن من تجميعها فى حوالى ثلاث أشهر . حسناً ، لا أدرى إذا كان لهذا كله علاقة ببعضه البعض أم لا ، لكنه عندما قارب الثانية عشرة من عمره ، أراد أن يبنى طائرة مائية ، وقد أنجز " جاك " المهمة بتوفيق كبير ببعض المساعدة من أبيه ، لكنى لا أتذكره يقود أى من هذه الأشياء ، أعتقد أن تركيبها وبناءها كان شيئاً مشبعاً له .**

- قم بطرح الموضوعات الفكرية وناقشها . حتى السياسة منها ما يمكن أن يثير اهتمام طفل فى السابعة من عمره إذا تناولناها بالأسلوب الصحيح .

**عندما حان وقت الانتخابات ، شرحت لـ " كولين " إجراءات التصويت ، وجعلتها ترى نموذجاً لورقة اقتراع صنعتها بنفسى وحدثتها قليلاً عن هذا الحدث ، ثم أخذتها معى عندما ذهبت لأدلى بصوتى حتى ترى مكان الاقتراع ، وقد فتنت به وبكل شيء فيه ، ثم تبعنا ذلك بمشاهدة نتائج الانتخابات بالتلفاز تلك الليلة ، سألتنى " كولين " ساعتها : " متى سنرى صوتك يا أبى ؟ " ماذا تقول لطفلة عمرها سبع سنوات إن سألتك سؤالاً كهذا ؟ فى تلك اللحظة كان المؤشر الرقمى يدون عدداً من الأصوات على اللوحة الكبيرة ، فصرختُ قائلاً : " ها هو هناك ! هل ترينه ؟ " لكن لم تُعجبها هذه المزحة .**

- عندما تكون فى نزهة من أى نوعٍ ، اجعل منها تجربة لتوسيع مدارك ابنك ، فإن كنت مثلاً فى نزهة خلوية بين أحضان الطبيعة لا تجعلها مجرد تجميع حقائق ، اطرح موضوعات لها علاقة بالطبيعة مثل مصادر الثروة الطبيعية ، والأحياء البرية ، وتدخل السياسة فى مشروعات القوانين المتعلقة بالبيئة مثل علاقة توفير الطاقة بالتلوث ، أو تأثير الناس على البيئة محلياً وعالمياً .
- أثناء جلسات التعليم ، أخرج ما فى جعبتك من مواد تعليمية بسرعة حتى تحافظ على حالة التشويق والإثارة بالجلسة ، ويظل طفلك شغوفاً بها ، ولا تجعل الجلسة تطول أكثر من عشر أو خمسة عشر دقيقة للأطفال الصغار . يقول أحد المستشارين ناصحاً : " بدلاً من أن تثقل على أبنائك وتضجرهم اتركهم عطشى لمزيد ، حيث يمكنك أن تفضل الجلسة فى مرحلة يكون مستوى الحماس فيها مرتفعاً " .
- احتكم إلى الحواس الخمس كى تفجر طاقة الملاحظة . تقول واحدة من الأمهات :

**كنت أطلب من " لورين " أن تغلق عينيها وتستمع للعالم من حولها ، ثم تصف الأصوات التى تسمعها فهذا صوت سُعال شخص ما ، وهذا صوت بوق شاحنة عن بعد ، وذلك حفيف الأشجار ، وتلك زقزقة عصافير على الأشجار ، وعندما كنت أضع عطراً ما من تلك العطور التى أحتفظ بها ، كنت أطلب منها أن تغلق عينيها وتخمن نوع العطر هل هو " لافندر " ، أو عطر " خشب الصندل " ، أو رائحة الياسمين ، أو أى شيء آخر . وكانت تحب هذه الألعاب .**

- نَوِّع فى موضوعات وطرق التدريس . إن زيارة المتاحف والحدائق المائية شيء أساسى لاشك فى ذلك ، ولكن اجعل مجال خبرات ابنك أكثر رحابة بزيارة الأماكن الفريدة ، أو الأماكن متعددة الأشكال الثقافية ، قُم بزيارة المستشفيات وبيوت المسنين وأماكن العبادة المختلفة ، وساحات بناء السفن ، وحدائق النباتات ، حتى المقابر يمكنك زيارتها ؛ تجوَّل فى جميع أرجاء العالم من خلال مدينتك ، وذلك بزيارة المطاعم العريقة التى تتعرف فيها على طعام وعادات البلاد المختلفة ، وما أكثرها . **فإن ذكاء الطفل يتكيف مباشرة مع مناسبات وظروف تَعلَّم معارف جديدة .**

مع احتفاظنا بهذه العناصر السبعة للنمو الفكرى ووضعها نُصب أعيننا ، دعنا ننتقل إلى اثنين من فروع الذكاء التى يركز عليها الآباء والأمهات الأذكياء الناجحين .

## الذكاء اللغوى

يتضمن الذكاء اللغوى استخدام اللغة للتعبير عن المعانى المنطوقة والمكتوبة ، يبدأ الأطفال الصغار فى تنمية الذكاء اللغوى عندما نقرأ ونتحدث إليهم بجمل كاملة بطيئة وقصيرة وبنطق واضح ، وبينما تنمو خلايا عقولهم ، يربطوا ذهنياً بين الكلمات التى يسمعونها والأشياء التى يرونها أثناء التحدث إليهم ، وتدريجياً تجدهم يحرزون كفاءة كلامية ، وأنت تواليهم بمزيد من الكلمات الأخرى ، إن التفاعل الاجتماعى ـ وهو أساس تنمية اللغة ـ ينشط عقولهم " فهى أجهزة

اكتساب اللغة " اقرأ المزيد عن التفاعل الاجتماعى فى الفصل السادس .

إن الأساليب التالية هى تلك الأساليب التى استخدمها الآباء والأمهات الذين التقينا بهم لتحسين مهارات أبنائهم اللغوية :

- تنمو وظائف الإدراك لدى الأطفال بممارسة استخدام اللغة ؛ لذلك عليك أن تجعل طفلك يتحدث بصوت مرتفع ويشرح ما يراه وما يفكر فيه وهو يمارس أى نشاط جديد ، إذا اعتاد أن يلعب أو يقرأ فى صمت لن تستطيع أن تعرف ما إذا كانت المادة التعليمية التى تصله من خلال ما يفعل صعبة أو عويصة . أو أنه يستقبل معارف وأفكار جديدة .
- عند زيارتك للمعارض والمتاحف وحفلات الموسيقى والمباريات الرياضية وما شابه ، تجنَّب الملاحظات السلبية . اشغل طفلك بمقارنات حيوية ، تحدث عن الاختلافات بين آلات النفخ المختلفة فى الفرقة الموسيقية ، أو التشابه بين العصفور وطائر الفلامنجو ، يقدم أحد الآباء اقتراحاً ممتازاً يقول إنه قد أبهر وأثار أبناءه عندما كانت العائلة فى زيارة لإيطاليا .

**عند زيارتك للمتاحف ، حاول أن تعثر على شيء معروض يشرح كيف تم تجديد لوحة ما ، قد يتضمن هذا الشرح صورة لأشعه أكس تُظهر مراحل متعددة وسابقة للوحة النهائية ، إليك هذا الدرس الذى يحمل معنى ضمنياً عن المثابرة ، كنت أشرح لأبنائى أنه حتى المتفوقين من الناس يواجهون صعوبات وليسوا معصومين من الخطأ .**

- لتكن أسئلتك على هذا النحو : ( أ ) أسئلة تثير عقل طفلك وتحفزه . ( ب ) أسئلة تدور فى مجال اهتمام طفلك . ( جـ ) أسئلة تعكس حُسن تواصلك مع ابنك . استخدم أسئلة واعية لا تستوجب إجابات أسهل من اللازم . فى حديقة الحيوان يكون سؤالك على النحو التالى " : فى اعتقادك ، كيف يعيش طائر البطريق فى المناطق المتجمدة بلا ملابس ؟ ماذا تأخذ معك إذا ذهبت لزيارته هناك ؟ " وفى الأحواض المائية يكون سؤالك كالتالى : " لماذا يوجد زعانف فى ظهور أسماك القرش والدولفين ؟ " وفى القبة السماوية التى تمثل النظام الشمسى يكون سؤالك مثل : " أين تذهب النجوم أثناء النهار ؟ " تخبرنا واحدة من الأمهات كيف أنها حَوَّلت زيارة المتحف إلى تجربة للتعلم :

**عندما ذهبنا إلى متحف الأحياء المائية بـ " نيوهافن " ، دخلت أنا والأولاد فى تحديات عما كنا نراه أمامنا ، عندما وصلنا إلى أحواضٍ الحائط الكبيرة شاهدنا بداخلها سلحفاة بحرية ، وكان هناك جزءاً مفقوداً من أحد زعانف هذه السلحفاة ، لم يلاحظ الأولاد هذا ، وعندما بدأوا فى المرور أمامها ، قُلت لهم : " انظروا يا أولاد إلى هذا " وسألتهم : " هناك اختلاف بين أحد جانبى هذه السلحفاة والجانب الآخر . ما هذا الاختلاف فى اعتقادكم ؟ " وعندما نظروا إليها طرحت سؤالاً آخر : " ماذا فى ظنكم قد حدث وتسبب فى هذا ؟ " فى تلك اللحظة فقط اتجه الأولاد إلى السلحفاة ونظروا إليها مدققين وبدأوا فى ذكر تخمينات لما قد يكون قد حدث مثل : ربما قضمتها سمكة قرش وانتزعت منها هذا الجزء ، وربما دخلت فى معركة مع سلحفاة أخرى . كان من الممكن ألا يلتفتوا لهذا إذا لم أكن قد استوقفتهم وسألتهم تلك الأسئلة .**

- هل يستخدم ابنك لغة معينة ، غير واضحة ، " نتاج لتفكير كسول " . بصفة عامة سوف يتطلب هذا منك مجهودا ادراكيا واعياً كى تجعله يتكلم بوضوح . عندما تحفزه كى يتحدث بوضوح فأنت بذلك تقوى لديه طاقاته اللغوية التى تحلل وتستنبط . يقول أحد الآباء :

**حاول أن تجعل ابنك يتخيل نفسه فى أحد الأماكن التجارية مع أناس آخرين ، اطلب منه أن يتخيل نفسه وهو يدخل إلى مبنى يحترق لينقذ شخصاً ما وناقشه فى تفاصيل هذا . أو اجعله يتخيل نفسه شريداً فى ليله شتاء قارصة ، أو مدرساً لفصل ملىء بالطلاب المشاغبين . بأى حال ، لن يتلعثم طويلاً أو تسمع منه كلاماً مثل : " آه أنا أعرف ، أعرف " . لا مفر من أن يتحدث ويصف ما يتخيله ، فقط اجعله يذكر التفاصيل .**

- هناك مناسبات لا حصر لها فى أنشطة اليوم العادية يمكنك من خلالها أن تثير وتحفز مهارات ابنك الكلامية ، تشرح لنا مدام " تاركينجتون " كيف استفادت من رحلات التسوق للبقالة كى تُعلم ابنتها " إيرين " ذات الخمس أعوام المهارات اللغوية الأولية :

**كنت عادة أطلب من " إيرين " أن تحضر رغيف خبز أو علبة لبن ونحن نسير فى طرقات المتجر ، إذا حدث وراقبت الآباء والأمهات داخل المتجر سوف تجد أنهم يمسكون فى أيديهم قوائم التسوق وليس الأبناء ، ثم اقترح علىَّ أحد الأصدقاء أن أعطى القائمة " لإيرين " وأن أطلب منها أن تقرأ بنفسها الأصناف المدونة ، فى البداية لم تستطع**

**أن تنجز هذا بشكل جيد ، لكن هذا لا يهم . المهم أنها أحبت أن تمسك القائمة بنفسها ، كانت تعود إلى وهى تجرى لتشير إلى أحد الأصناف المكتوبة وتسألنى ماذا يكون ، ثم تسرع لإحضاره . أعتقد أنها كانت وسيلة رائعة لتعليمها القراءة ، أو جعلها تدرك أنها تستطيع أن تتعلم ، فالأبناء يحبون دائما استخدام عقولهم إذا جعلنا من هذا متعة .**

هناك بعض الأنشطة الأخرى التى تساعد على تنمية الذكاء اللغوى لدى الأطفال الصغار منها : إصدار نشرة عائلية وإرسالها للأقارب فى أوقات الإجازات ، أو قراءة الخرائط ودراستها ، أو الكتابة لأصدقاء المراسلة ، أو كتابة يوميات أو مذكرات ، أو تأليف وتمثيل الروايات ، أو وضع ألحان راقصة . أو تلحين أغنيات وغنائها ، أو التدريب على مفردات لغوية ، أو وضع إيقاعات شعرية وحفظها . أو محاولة استرجاع أحداث من الذاكرة . أخبرتنا واحدة من الأمهات أنها فوجئت برد فعل صدر من أحد أبنائها على سؤال بسيط وغريب ألقت به على أفراد الأسرة وهم يلعبون " لعبة الذاكرة " .

**كُنا قد ذهبنا فى رحلة إلى " مونتريال " فى إجازة صيف ، وقمنا خلالها برحلة حول المدينة فى واحدة من تلك العربات التى يجرها الخيل . وفى أحد الأيام ، وبعد هذا الحدث بسنوات ، كنا نلعب لعَبة الذاكرة وسألت هذا السؤال : " ما اسم الحصان الذى امتطيناه فى رحلة حول مونتريال ؟ " صمت الجميع للحظة يفكرون ، ثم فاجأتنا " شيرلى " بالإجابة : " كان اسمه ميكى " . فأجبته : " هذا صحيح ، أحسنت " .**

مع الأطفال الأكبر سناً يستخدم الآباء والأمهات الناجحين أنشطة تتطلب تفكيراً ذهنياً واستيعاباً عقلياً أكثر تطوراً ، ويجد الكثيرين فى الدعابة وسيلة تعليم ممتازة ؛ لأنها تُعلم الأبناء أن هناك أكثر من طريقة ننظر بها للأشياء ؛ لأن الدعابة والتلاعب بالألفاظ يتطلب تفكيراً تجريدياً يكون بمثابة تدريب للعقل . إن كثيراً من العائلات التى التقينا بها كانوا يستمتعون " بالألعاب الذهنية " ، وكانت واحدة من تلك العائلات ـ بوجه خاص ـ تجعل من هذه الألعاب نشاطاً ثابتاً فى إجازات نهاية الأسبوع ، يقول طالب بمدرسة ثانوى :

**كنا نتطلع لتلك الألعاب بنهاية الأسبوع بشكل لا تتخيله ، كُنا نلعب كل تلك الألعاب الذهنية مثل جلسات الهجاء ولعبة عكس الكلمات .... إلخ ، وكان من النادر جداً أن يمر أسبوع واحد دون أن نمارس تلك الألعاب .**

أما بعض العائلات الأخرى ممن تحدثنا إليهم فكانوا يلعبون نفس تلك الألعاب جنبا إلى جنب لعبة الكلمات المتقاطعة ، ولعبة الصور غير المرتبة ، ولعبة النرد والشطرنج ، ولعبة الكروت ، أو الورق ، وكل ما شابه ذلك ، مما يتطلب استنتاجاً ترابطياً منطقياً ينمى الذكاء العقلى .

## الذكاء الرياضى ( الحسابى )

الذكاء الرياضى هو المسئول عن التفكير والاستنباط المنطقى ، وهو أساس كل العلوم ، وهو الذى يساعد على بحث واستقراء العلاقات

المجردة فى عالم الفيزياء وعالم المنطق ، كما يساعد على التفكير التصورى - أساس عبقرية " أينشتاين " - كثير من العلوم تستخدم التفكير الرياضى المنطقى مثل العمليات الحسابية والتجارب والنظريات العلمية والحسابات الرياضية . يتضح من هذا أن تنمية هذا الجانب من ذكاء الطفل العقلى تنمية كاملة شيء لابد منه .

يعتقد أحد الآباء الذين تحدثنا إليهم ويعمل محاسباً أن الذكاء ( التفكير ) الرياضى المنطقى شيء فى غاية الأهمية لأنه يُستخدم فى تقييم وتقدير النسبة المئوية ، وهما من المهارات الأساسية لفهم أشياء كثيرة .

**كى تحيا حياتنا هذه ، لابد لك أن ترى الصورة الكبيرة ولا تقلق بخصوص عمليات القسمة والضرب بكل شيء . تعتبر النسبة المئوية أحد أهم عناصر علم الرياضيات ، فهى جزء أساسى من الحياة اليومية ، إليك مثال على هذا ، عندما تريد أن تبيع منزلك ويخبرك السمسار بأنه يريد ستة بالمائة من قيمة المنزل - والتى تبلغ ٣٠٠,٠٠٠ دولار - من الأفضل لك أن تعرف كيف تحسب وبسرعة قيمة الستة بالمائة ، وهل تستحق خدماته هذه النسبة وهى ١٨,٠٠٠ دولار ! وعندما تعرف قيمة هذه النسبة التى يريدها السمسار نظيراً لخدماته يكون من الأهمية اتخاذ قرار ذكى .**

قبلْ أن يبدأ الأطفال فى فهم العلاقة بين الأرقام ، ينمو لديهم هذا الجانب من الذكاء الذى يعتمد على مراقبة نماذج أخرى من البيئة حولهم ، مثل نماذج تصميمات ما فى قطعة من الصوف الاسكتلندى المنقوش ، أو فى مراقبة التشابه بين كتلتين متلاطمتين من السحب فى الأفق البعيد ، أو بمراقبة أوراق الشجر ، إن إعادة تجميع

وتركيب قطعة ممزقة من الورق أو عقد مقارنات دقيقة بين السيارات والشاحنات ، مثل هذه الأنشطة تستغرق عملاً ذهنياً يقوى القدرة على الملاحظة . **يُعد تجميع المعلومات وتكيفها مع بعضها البعض أساساً للنمو والتطور الذهنى .**

يتعلم الأبناء وهم يكبرون الكثير عن النواحى الفكرية والتجريبية للنماذج ، مثل النماذج أو الخطوات المتضمنة فى عملية صنع القرار . إذا تعلم الصغير كيف يسأل أسئلة وكيف يبحث المتغيرات الخاصة بمشروع شراء ألعاب فيديو فى وقت يكون فيه توفير أجر جليسة الأطفال مسألة صعبة ، يستطيع بعد ذلك أن يطبق نفس هذه القواعد على مشروع شراء دراجة أو سيارة أو منزل فى مراحل لاحقة ، كما لن يكون فى حاجة مرة أخرى لأن يتعلم كيف يحلل كل مشروع شراء ؛ لأنه يكون قد طور لديه القدرة على التفكير والاستنباط الرياضى المنطقى .

يتم تدريس علم الرياضيات بطريقة مشابهة ، فبعد دراسة عمليات الجمع والطرح البسيطة ينتقل الأطفال إلى دراسة النسبة المئوية ، ثم دراسة فرعى الجبر والهندسة ، فى كل هذا لا يحتاج الأطفال إلى فهم الأرقام فى حد ذاتها وإنما إلى فهم العلاقة بين الأرقام وبعضها البعض . وهذا بالضبط هو المقصد ، إذا لم توضح مفهوم عملية الضرب ، يصبح التدريب على الجداول الرياضية ليس أكثر من مجرد تمارين تتم للنجاح فى الامتحانات فقط ( وهى المشكلة التى سبق وأن ذكرناها فى بداية هذا الفصل ) .

يجب أن يتعلم طفلك كيف يفكر بعقلية رياضية وأن يؤثر الاستنتاج على القوالب الروتينية ، يضرب أحد الآباء الذى يمتلك تجارته

الخاصة مثلاً للمشكلة التى تواجه الكثيرين مع الاستنتاجات الرياضية بالمثال التالى :

**إذا قُمت بشراء سلعة ما من متجر قيمتها ١٠ دولارات وأردت أن تُعيدها وتستبدلها بأخرى قيمتها ٢٠ دولاراً ، هل يقوم الموظف المسئول بجمع قيمة السلعة وهو العشر دولارات إلى قيمة الضريبة المدفوعة ويطرح هذه القيمة من المجموع الجديد ، أو أنه يقوم بطرح ١٠ دولارات من ٢٠ دولاراً ويضيف الضريبة إلى ناتج عملية الطرح ؟ يقع غالبية موظفى الخزينة الذين يعملون لدى فى حيرة أمام هذه المشكلة ، وكذلك العملاء ، حيث يكون لكل منهم فكرته الخاصة التى يعتقد أنها صحيحة .**

يبدو هذا النوع من المشكلات بسيطاً لدى البعض مستحيلاً لدى البعض الآخر ؛ لأنه ليس هناك معادلة رياضية يمكن استدعاؤها لحل المشكلة . إنها تحتاج لتفكير رياضى استنتاجى ، وهو التفكير الذى يجب علينا أن نعلمه لأطفالنا فى البيت ؛ لأنه من النادر أن يتم تعليمه فى المدرسة ( علماً بأن كل منهما يقوم بنفس المهمة ) .

نقدم لك فى القصص الموجزة التالية طرقاً متعددة استخدمها الآباء والأمهات الناجحين فى تعليم أطفالهم العلاقات الرياضية . يمكنك استخدامها كدليل ، فى نفس الوقت الذى تبحث فيه عن المناسبات الخاصة بك لتعليم أطفالك العلاقات الرياضية ، وهى متواجدة فى كل مكان .

بدأ السيد " رامزى " تعليم أطفاله الأفكار الرياضية الرئيسية وهم فى سن الثالثة والرابعة وذلك بالإشارة إلى التغيرات البسيطة بين جنود اللعبة وهم يلعبون بهم :

إذا لعبنا لعبة الجيش بدون خطة محددة ودفعنا بالجنود فى كل اتجاه وبشكل عشوائى ، لن يتعلم الأطفال من هذا شيئاً يذكر ، ليس الهدف من اللعبة هو تخيل معركة دائرة بين طرفين ، وإنما هو تعليمهم العدد . إذا أنا قمت بنقل الجنود من صف إلى آخر وغيرت تنظيم الجيش ، أحفزهم على إعادة تجميع الصفوف وبناء القوات مرة أخرى ، إذا أبعدت خمس جنود للأجنحة الخارجية للجيش اطلب منهم أن يعدوا خمسة آخرين من الاحتياطى ، وهكذا ... وعندما يكبرون يملون لعبة الجنود ويبدأون فى بناء مزارع مصغرة يحتفظون فيها بعدد يعرفونه من الماشية والخيل والماعز ـ لعبة أكثر تعقيداً .

أدرك السيد " روجزر " ـ وهو مشجع للعبة كرة القدم ـ أن مشاهدة مباراة لكرة القدم من الممكن أن تصبح وسيلة تعليم ممتازة لابنه " براد " الذى يبلغ سبعة أعوام من عمره :

كنت أشاهد مباراة لفريق رعاة البقر وهو الفريق المفضل لدى ، وكنت أصرخ أمام جهاز التلفاز مشجعاً فريقى المفضل بجنون ، وفى فترة الاستراحة وعندما عدت لمكانى أمام التلفاز ممسكاً ساندويتش رأيت " براد " يفعل ما كنت أفعله تماماً ، وهو يحسب كيف يمكن لفريق دالاس أن يفوز بالمباراة وماذا عليه أن يفعل فى حين أنه قد خسر عدداً من النقاط والأهداف ، أنا لا أتذكر بالضبط نتيجة تلك المباراة ، ولكن لنفترض أنها كانت سبعة إلى أربعة عشر ، تصور أن " براد " ـ وهو فى السابعة ـ استطاع أن يضع عدة تصورات دقيقة لما يجب أن تسير عليه المباراة حتى يفوز الفريق الذى نشجعه ، فوجئت بما يفعل وتوقف الطعام فى حلقى وأنا أقف هناك أشاهده ، وأدركت أن الأطفال يستطيعون تعلم أى شيء مهما كان معقداً إذا كان لديهم

**اهتمام حقيقي به ، وفي حالتنا هذه ، كانت نتيجة المباراة بداية رائعة .**

النقود والحساب يسيران فى طريق واحد ، خاصة إذا كانت تلك النقود من ثمرة عمل طفلك نفسه ، وفى المثال التالى تعلم أبناء مدام " فولى " ( كان الفرق بينهم فى العمر عام واحد ، وقد تم ترشيحهما لهذه الدراسة ) قيمة عُشر وربع الدولار ومقدار كل منها الذى يكون دولاراً ، ليس هذا فقط لكنهم تعلموا أيضاً مدى صعوبة تحقيق الأهداف .

**كان لكل من " ريكى " و " جيرى " حصة جرائد يقوم بتوزيعها صباح كل يوم منذ كانا فى السابعة والثامنة من العمر ، كانا يقومان بها على درجاتهما القديمة ، ذات الإطارات الكبيرة المنتفخة ، وعندما طلبوا دراجات سباق كهديةٍ فى عيد الكريسماس ، قُلنا لا بأس ، لكن عليهم أن يدخروا نقوداً من حصيلة عملهم فى توزيع الجرائد . وعرضنا أن نشارك بنسبة خمسين بالمائة من قيمة الدراجة ، فجأة أصبح ولدى ممتازين فى العمليات الحسابية ، وفى أول كل شهر بعد تحصيل النقود كان كل منهم ينثر النقود على فراشه فى مجموعات منفصلة من الدولارات والعملات الصغيرة كلٌ على حده ، ثم نقوم بحصرها . أربعة أرباع تكوّن دولاراً وعشرة أعشار تكون دولارا آخر ... إلخ ، وكانوا يسجلون بيانات لمدخراتهم فى مفكرات صغيرة ، وكنت أطلب منهم أن يطرحوا المبلغ الذى ادخروه من سعر الدراجة ؛ لذلك فإن التجربة بكل ما فيها كانت بمثابة تجربة رائعة فى الحساب والصبر ، وعندما حصلوا أخيراً على تلك الدراجات فى يوم عيد رأس السنة ، كان كل منهم قد تحول إلى مصرفى ضليع فى الحسابات يعرف بالضبط قيمة الدولار .**

اكتشفت أم أخرى أن أفضل طريقة لتعليم ابنها ـ الذى يبلغ خمس سنوات من عمره ـ رقماً معقداً هى الاحتكام إلى الجزء الخاص بالموسيقى فى عقله ؛ فالأغانى والإيقاعات ترسخ فى العقل الباطن بطريقة أسهل من الحقائق العشوائية .

**عندما كان " ناثان " فى الخامسة من عمره وهو ما يزال بروضة المدرسة ، قام المدرس بتعليمهم كيف يحفظون بياناتهم الشخصية مثل الاسم والعنوان ورقم التليفون حتى يستطيعوا تذكرها إذا ضل أحدهم الطريق . كان " ناثان " يستطيع تذكر كل شيء بسهولة فيما عدا رقم المنطقة البريدى . لم يستطع تذكر الرقم ٠٦٧١٦ وهو رقم معقد جداً بالنسبة لطفل صغير . كان يذكر كل الأرقام ولكن ليس فى تسلسلها الصحيح ، لذلك فقد قمنا بتأليف أغنية صغيرة له عن هذا الرقم ، وقد تمكن " ناثان " من حفظ هذا الرقم على الفور ، لم يستغرق وقتا يذكر فى هذا ، ربما جلسة واحدة فى فترة الظهيرة ، استطاع بعدها أن يذكر الرقم بمنتهى السهولة وهذا لأننا وضعناه له فى أغنية .**

## المدرسة والدراسة

بعد عشرين عاماً من دراسة طبيعة الحضارة اليابانية ، وجد " جورج ديفوس " وهو عالم أنثروبولوجى ( علم الإنسان ) بجامعة كاليفورنيا ، أن السر وراء تفوق الأطفال اليابانين غير العادى فى المجال الأكاديمى هو ـ على غير المتوقع ـ أمهاتهم . إنها أخبار جيدة لجميع الآباء والأمهات حيث يمكنهم أيضاً أن يتبعوا نفس الطريقة التى اتبعتها الأم اليابانية التى ـ كما قال " ديفوس " ـ " أخذت على

عاتقها مسئولية تقوية الإجراءات التعليمية المنصوص عليها فى المدارس " . تعبر المقولة التالية بكل دقة عن المشكلة المحيرة فى قضية التعليم [ يجب على الآباء والأمهات أن يدعموا ويعززوا الإجراءات التعليمية ] .

كى تجعل ابنك يتفوق مدرسياً ، افعل كما تفعل الأمهات اليابانيات الناجحات ـ وكذلك الآباء والأمهات الخبراء ـ عليك بالتدخل ، وإليك الطريقة .

- عليك بالمشاركة فى الحياة السياسية المحلية وبعض الأنشطة الأخرى . فهذا يعنى أنك تفعل أكثر من مجرد حضور اجتماعات المدرسين بأولياء الأمور ، التحق بالتجمعات السياسية التعليمية ، والجمعيات الصحية ، أو برامج الأنشطة التى تتم بعد المدرسة . يقول أحد الآباء :

اسأل عضو البرلمان بالمنطقة التى تعيش فيها عن رأيه فى بعض القضايا التعليمية مثل مواصلات المدرسة ، والصلاة بالمدرسة وتدريس الجنس ، كانت جارة لى تضج بما تسمعه عن ميزانية المدارس وبرامج المكتبات العامة التى تم ضغطها . كانت تثور فى كل مرة تذهب فيها للمكتبة وتجدها مغلقة ؛ لأن ساعات العمل قد تم ضغطها مرة أخرى . يمكن لأى شخص عادى أن يستمع بسلبية لمن هم فى موقع السلطة ، أما بالنسبة للآباء والأمهات الذين يأملون فى حياة أفضل لأبنائهم فالأمر يختلف ، إذ لابد لأصواتهم أن تُسمع فى القضايا ذات الصلة .

- تحدث مع المدرسين ومدير المدرسة عن رأيك فى مناهج الدراسة وسياسة المدرسة ، إن لم تكن سياسة المدرسة تقدمية يمكنك أن تقترح عليهم أن ينظروا بأفق أوسع لتلك السياسة ، وإن فعلوا ، يمكنك الاستفادة من ذلك كما فعلت هذه الأم :

**يطبق إقليمنا برنامج دراسة صيفى هو الأول من نوعه ، بل الأوحد فلم أسمع عن برنامج شبيه له أبداً . فهو برنامج شعبى جداً ، هناك قائمة انتظار للالتحاق به . عندما كنت بالمدرسة كنا نكره الدراسة الصيفية لأننا كنا نريد أن ننطلق ونلعب ، فى هذه المدرسة تجد الأطفال يلعبون ويتعلمون ، وفيها يدرسون أشياءً ممتعة غير منهجية تعلمهم مهارات جديدة وتشغلهم ثمان أسابيع من الإجازة الصيفية . فى الصيف الماضى درس " كريج " الكومبيوتر والرسوم الكاريكاتيرية ، أما " ميلودى " فقد درس العناية بالحيوانات وتدريبها ، وقد أحب كلاهما هذه الدراسات وسوف يلتحقون بها هذا الصيف أيضاً ، إذا اجتمع أولياء الأمور واتفقوا على أنه بإمكانهم أن يبدأوا مثل هذه البرامج التى بدأناها نحن .**

- تخبرنا أم أخرى ، كانت قد غيرت مجال عملها لتصبح محامية وأصبح لديها بعض من الوقت تقضيه بعيداً عن كتب القانون ، كيف أنها ـ وبجهودها الخاصة ـ قد غيرت السياسة المحلية لنُظم المدرسة عندما تعارضت مع ما تعتقد أنه مصلحة ابنها .

عندما كان " تومى " فى مدرسة تمهيدى ثانوى ، كان أول فصله ، وكانت الدراسة سهلة جداً بالنسبة له ؛ لذلك فقد طلبت من إدارة المدرسة أن ترسله إلى مدرسة " بيرلنجتون " الثانوية كى يدرس

فصل متقدم من العلوم والرياضيات مع الطلبة المبتدئين فيها ، لكن إدارة المدرسة رفضت قائلة أنهم لن يستطيعوا عمل ذلك بأى حال لأنه ليس من سياسة المدرسة ، ولم يفعلوا مثله من قبل . وتوالت الأعذار وكأن ما أطلبه هراء ؛ لذلك فقد قررت وخططت بحيث كنت أذهب وآخذ " تومى " من مدرسته فى نصف اليوم وأذهب به إلى مدرسة " بيرلنجتون " على بعد ستة أميال ، ثم أعود إلى المنزل لمدة ساعتين ، ثم أعود مرة أخرى وأعيده للمدرسة بعد أن يكون قد أخذ حصتين فى العلوم والرياضيات ، وعندما وجدت إدارة المدرسة أن شيئاً كهذا يمكن أن يحدث ورأت أنه فى مصلحة التلاميذ الذين لديهم استعداداً للتقدم فى دراستهم ، قاموا بإنشاء برنامج موجه مثل ذلك الذى أقدمت عليه أنا .

- اذهب وتعرف على المعلمين الذين يُدَرسون لابنك . تعرف على أساليبهم فى التدريس وماذا يتوقعون من ابنك . وهل يحصل ابنك منهم على الاهتمام الذى يحتاجه ؟ ما نقاط ضعفه ومواضع قوته ؟ وكيف يمكنه أن يصبح أفضل ؟ أنفق خمس دقائق من وقتك تتحدث فيها إلى المدرس قبل الامتحانات والأبحاث والمشروعات الأخرى ، تسأله فيها ما المطلوب من ابنك وكيف يمكن تهيئته للامتحانات كى يؤديها على أكمل وجه . إذا فعلت هذا فستكون مثل الآباء الخبراء ، واحد من الآباء القليلين الذين يفعلون هذا .

**أخبرتنا مُدرسِّة ابنى " بيل " ـ التلميذ بالصف الرابع ـ أننى واثنين من الآباء الآخرين كنا الوحيدين الذان نبدى اهتماماً خاصا بمستوى أداء أبنائنا بالمدرسة ، ولم يكن أحد غيرنا يفعل هذا**

وقالت : " دعونى أخبركم أنكم تتميـزون علـى كـل الآبـاء والأمهـات الآخرين " . كنت أعلم أن المدرسة تحترم اهتمامنا بأبنائنا .

- قال أحد المستشارين الذين التقينا بهم شيئاً شبيهاً بهذا :

إن التلميذ الذي يتواجد أبويه دائما ليتفقدوا أحواله بالمدرسة هو الذى ينال اهتماماً أكثر من المدرس ـ خاصة عندما يكون الوقت محدود ـ والوقت بالفعل دائما محدود .

- أدركت مدام " بونتى " مدى صحة ما يقوله المستشار عندما اكتشفت ابنتها " دنيس " أن المدرسين يتذكرون فعلاً العائلات التى تتواجد لتتفقد حالة أبنائها ، كما يبدو فى القصة التالية :

كان لدينا بالمنزل زوج كراسى هزازة ، لكن أطفالنا كانوا يفضلون الجلوس على واحد منهم بصفة خاصة ؛ لذلك كانوا يجلسون عليه بالتناوب . بحيث يجلس عليه واحد منهم كل ليلة . بطريقة أو بأخرى سمع مدرس اللغة الأسبانية بقصة هذا الكرسى ـ وكان لابد لكل التلاميذ أن يمروا بهذا المدرس ـ فكان عندما يرى أحدهم قادماً للمدرسة مبتهجاً يسأله " ماذا بك ؟ هل كان دورك للجلوس بالكرسى الليلة الماضية ؟ " كان مدرساً رائعاً ، الشيء المدهش حقاً ، هو أنه بعد مرور أربع سنوات من تدريسه لـ " بيرين " ، بدأ يدرس لـ " دينيس " ، وعندما دخلت " دينيس " الفصل لأول مرة ، كان أول شئ قاله لها هو : " من الذى يجلس على الكرسى الهزاز هذه الأيام ؟ "

- فى اللحظة التى يحتاج فيها ابنك للعون ، قدمه له على الفور . إذا تأخرت أو إذا رغب البوح بالمشكلة ، فسوف تتفاقم المشكلة

- ويتخلف ابنك ، كان الآباء والأمهات الذين تحدثنا معهم يتعاملون بمنتهى الحذر مع الصعوبات التى يواجهها أبناؤهم فى المواد الدراسية ، لم يحاول أى منهم أن يدرس لابنه بنفسه لأنه للسبب الأول غير متخصص والسبب الأهم أنهم يعرفون أن أبناءهم يشعرون بالحرج من هذه المشكلة فما بالك والتركيز عليها يزداد .

**عندما يحتاج أبناؤك لبعض العون الدراسى ـ وجميعهم يحتاجونا من وقت لآخر ـ هيّئ لهم هذا من مدرس خاص متخصص ، وبسرعة . لا تتظاهر بأن كل شيء سوف يسير على ما يرام بدون تدخل ؛ لأن هذا لن يحدث . لم تكن " سوزان " تريدنا أن نرى أنها تواجه صعوبة ؛ لذلك لم ننظر ، فقط ساعدناها فى الحصول على مدرس خصوصى فى مادة البيولوجى بعد المدرسة . وقد ساعد هذا فى تخفيف الضغط عليها وتحسن مستواها فى هذه المادة فى وقت قصير . إلحاحك على ابنك بعبارة " اجتهد ، اجتهد " فى الوقت الذى تجتمعٍ معه فيه على دائرة العشاء شيء لا طائل منه ، فضلاً عن كونه محبطاً ! الفكرة هى ألا تجعله يشعر باستياء حتى يستطيع أن يستجمع نفسه وينهض من هذه الكبوة ، لا أن يشعر بالخزى والحرج .**

- ساعد طفلك على موازنة حياته ، فالمدرسة ليست عمله الوحيد : فهناك حياته التى عليه أن يحياها أيضاً ؛ لذلك لابد من إيجاد توازن بين الدراسة الأكاديمية وبين جوانب الحياة الأخرى ، هناك وقت للدراسة ، ووقت للراحة والاستمتاع بالرياضة والفن

والصحافة وممارسة الهوايات . تحدث مستشار لأحد المدارس عن هذا فقال :

**لم تعد الدراسة الإجبارية تتناسب مع أسلوب الحياة الأمثل تماماً مثلما لم يعد الحفظ الصم للمعلومات يجدى فى بناء مهارات التفكير . عادة ما يخلف الاهتمام الزائد بمستوى التحصيل ـ غالباً ما يكون ذلك من آباء قلقين ـ ذعراً وقلقاً لدى الأبناء . ويضغط عليهم بطريقة تجعل نظرتهم غير متوازنة لإجراءات التعليم والغرض منها .**

## الأهداف والتنظيم

لقد تم صدار مئات الكتب عن موضوع تنظيم الوقت ، إليك الأسباب التى تجعل النجاح فى هذا شيئاً مستحيلاً بدون توفر درجة عالية من التنظيم . إذا قمت بدراسة النموذج اليابانى سوف تجد أن الآباء والأمهات اليابانيين قد علموا أبناءهم كيف ينجزون الأعمال ، بسرعة وبدقة لطفله صغيرة . لينجح الأطفال بالمدرسة ، فإنهم فى حاجة لأسلوب نظامى لإنجاز دراستهم . اعتاد والد أحد الآباء الذين تحدثنا إليهم أن يقول له وهو طفل صغير فى لهجة شديدة : " خطط لعملك ، واعمل على إنجاز خطتك ".

إليك التوصيات التى يوصى بها الآباء والأمهات الناجحين لتعليم الأطفال المهارات النظامية الضرورية لكى يصبحوا أوائل فصولهم :

- ساعد ابنك على أن يكون له أهدافه الخاصة ؛ فإنه بدون هدف واضح سوف يصبح من المستحيل تحديد الطريق الذى يسلكه .

ناقش أحلام وطموحات ابنك وساعده على تحقيق الواقعى منهـا . ربما يكون بعضها عاجلاً مثل تكوين فريق المصارعة ، وقـد يكـون البعض الآخر على المدى البعيد مثـل تحديـد الكليـة التـى يريـد الالتحاق بها . مثـل هـذه المناقشـات تبعـث الحيـاة فـى أحلامـه وتخلق لديه الرغبة ـ وهى العنصر المهـم جـداً والضـرورى لتحقيـق هذه الأهداف ـ لكن انتبه إلى هذا التحذير الـذى تلقـى بـه واحـدة من الأمهات التى كان عليها أن تعدل من طموحات ابنها :

**ناقش وبصراحة إمكانيات وحدود طفلك . فنحن على أرض الواقـع حيث لا يتفوق كل فرد فى كل شيء ، فإذا كـان ابنـك يواجـه صـعوبة فـى اسـتيعاب علـم الهندسـة ، كحالـة " سـين " ابنـى ، فلـن تكـون مجالات المحاسبة هى الاختيار الأفضل بالنسبة له ، وإذا كـان قارئـاً متواضعاً فإن إعداد بحث عن كتاب يتحدث عن الحرب والسـلام شـيء جميل ، لكنه من الصعب جداً عليه أن يتمكن مـن عمـل شـيء كهـذا . ساعد أبناءك على تحديد أهدافاً لحياتهم تكون فى حـدود إمكانيـاتهم وقدراتهم ، لأنها لو كانت أهدافاً صعبة المنال فسوف تتراخى همتهم ويخفقون وينهـارون تماماً .**

- اطرح على طفلك سؤالاً واعياً وصريحاً عن أهدافه ، وتعـرف علـى ما يريد تحقيقـه ، ومـا الـذى يحثـه ويـثير اهتمامـه ، ثـم اتبعـه بالسؤال الرئيسى التالى : " لماذا ؟ " أو أسئلة أخرى مثـل : لمـاذا تريد أن تقوم بهذا المشروع ؟ هل قام أحد بالتـأثير علـى قـرارك ؟ هل تحـدثت مـع معلمـك عـن هـذا المشـروع ؟ هـل حـددت عـدد الساعات التى يتطلبها هذا المشروع ؟

- كى تكون على دراية بما يجرى ، اجعل أطفالك يستخدمون أهم وسيلة من وسائل تنظيم الوقت وهى دفاتر التسجيل المؤرخة . كثير من التلاميذ الذين التقينا بهم يستخدمون دفاتر تسجيل كبيرة من النوع الذى يوضع على المكتب ، أو الذى يعلق على الحائط ويكون مقسماً إلى خانات كثيرة ليسهل الكتابة فيها بالتفصيل . على أيَّة حال لا يجب أن تكون مشاريع المدرسة فقط هى التى تسجل تفاصيلها فى هذه الدفاتر المؤرخة .

> **أما بالنسبة لـ " سندى " ابنتى فكان أفضل شيء بالنسبة لها هو أن تسجل حرفياً كل ساعة من ساعات يومها . كانت تفعل هذا بنفسها ، فهى عندما تفعل شيئاً تريده تجد الوقت الكافى له . كانت " سندى " تحب أن تحدد وقتاً معيناً لكل شيء : وقتاً للنوم ، وقتاً للحمام ، وقتاً تكوى فيه ملابسها ، وقتاً لطقوس العبادة ـ وحتى وقتاً للحديث في الهاتف ، وكنا قد أضفنا هذا لأنها عندما كانت ترفع سماعة الهاتف لتجرى مكالمة فى أى وقت تشاء لم تكن تستطيع أن تنجز أى شئ لأنها كانت تسرع للهاتف كل دقيقتين ، وقد اختصرت وقت مشاهدة التلفاز وهما ساعتان ، لكنها أرجأتهما إلى نهاية الأسبوع حيث تستطيع أن تشاهده لفترة أطول إن أرادت . كنا نقوم بمراجعة هذا الدفتر مرتين أو ثلاثة فى الشهر على الأقل وذلك منذ أن كان عمرها ثلاثة عشر عاماً وحتى تخرجت من المدرسة الثانوية . لم تكن " سندى " من هذا النوع المنظم من الأبناء ، لكنها كانت تعتمد على هذا الدفتر بقدر ما أعتمد أنا على دفتر مواعيدى .**

مساعدة طفلك فى تنظيم جدول مواعيده لا يعنى القيام به نيابة عنه . قدم له كل عون ممكن ، لكن القرار النهائى يجب أن يكون له

حتى يدرك نتيجة عدم إتباعه للخطة التى وضعها بنفسه ( انظر القسم الخاص بالنتائج فى الفصل القادم ) .

- احترس من الخطر الأعظم : إهدار الوقت ، فقد يبدى طفلك انتباهاً جيداً ، لكن اللهو وفقدان الاهتمام وعدم الالتزام بالهدف قد يباعد بينه وبين تحقيق هدفه سواء كان هذا الهدف مهمة صغيرة أم مشروعاً كبيراً . هذا يعنى مراقبته بشكل دائم حتى نتفقد ما يفعله ، هذا بافتراض أنه يفعل شيئاً من أساسه ، تقول واحدة من الأمهات الناجحات جداً :

**كنت أحرص دائماً على أن أكون قريبة من أبنائى حتى أستطيع أن أرى ما يفعلون ، لا تصدق كم من الوقت يمكنهم أن يهدروه إذا لم أكن قريبة منهم ! تذكر أن من نتحدث عنهم هم من الأبناء الأذكياء اللامعين ، كلهم ممن يحصلون على المرتبة الأولى أو الثانية ، ولكنهم وعلى الرغم من ذلك لم يسلموا من الاتهام بالماطلة والتسويف . المشكلة الكبيرة دائماً فى البداية ، هى أن يبدأوا العمل . أتذكر مرات عديدة كان علىَّ فيها أن ألح وأذكر ، ثم أطلب من جديد أن يواصلوا العمل فى بحث صغير أو ما شابه ! كنت أرى أنه إذا كان الواجب المدرسى سوف يستغرق عمله ساعتين مثلاً ، أجعلهم يبدأون الساعة السابعة والنصف ؛ فأنا لا أريدهم أن يظلوا مستيقظين حتى وقت متأخر لأنهم سوف يتوقفون عن العمل حتماً . فهم يعرفون أنه إن لن تكون مسألة حياة أو موت ، فالأضواء سوف تطفأ فى الساعة العاشرة تماما لا محالة .**

- انظر إلى الوقت الذى قدره ابنك لمشروع مدرسى ما قبل أن يبدأه . تأكد من أنه واقعى فى تقديره للوقت . وانصحه أن يضيف نسبة

الخمسة والعشرين بالمائة أخرى للوقت ليكون بمأمن من التأخير ، وإذا انتهى من العمل مبكراً يقضى هذا الوقت فى الراحة والاسترخاء ، وليس عكس ما يحدث عندما ينتهى الوقت ، حيث ينتهى الوقت ويظل مطالباً بالمشروع . تتذكر واحدة من الأمهات نصيحة قد قرأتها تقول : " ابدأ الاستذكار استعداداً للامتحان النهائى منذ اليوم الأول للدراسة . " وأب آخر يتحدث إلى غيره من الآباء والأمهات فيقول :

**اجعل أبناءك دائماً يتركون على الأقل يوماً فاصلاً بين تاريخ إتمامهم العمل فى مشروع ما - يستغرق العمل فيه وقتاً طويلا - وتاريخ تسليمه . وإن تركوا يومين فهذا أفضل ؛ لأن هناك دائماً أفكار الدقائق الأخيرة التى تخطر لهم ، ولا يريدون أن ينتهى الوقت دون أن يتمكنوا من إضافتها ؛ هناك أيضاً شيء آخر وهو أن الأبناء ينصرفون أحياناً عما يفعلونه ولا يلتزمون بجدول المواعيد . وهذا أهم شيء يجب علينا مراقبته : أن ندفعهم إلى الطريق وأن نحتفظ بهم على هذا الطريق حتى لا يفقدون وجهتهم ويتحطمون .**

يعطى أب آخر نصيحة مشابهة :

**خطط لما سوف تفعله يوماً بيوم ، لا أن تقول أن كل العمل سوف ينتهى فى وقت ما ، لابد للمشروع أن يُنجز بغض النظر عن أى شيء ؛ لذلك خطط للانتهاء من العمل تاركاً يوماً إضافياً حتى تتمكن من وضع اللمسات الأخيرة . الشيء الآخر هو أن تقسم العمل لمراحل ، فيكون هناك مراحل البداية والوسط والنهاية . فإذا كان العمل سوف**

**يستغرق أسبوعاً لإتمامه ، فالأفضل أن يأتى اليوم الثالث وقد اتضحت معالم المشروع .**

لم تسر الأمور بهذه الطريقة بالنسبة لـ " توم " طالب تمهيدى الثانوى الذى كانت والدته المحامية تأخذه لمدرسة " بيرلنجتون " لدراسة فصلين متقدمين من العلوم والرياضيات ، عندما كان فى نهاية المرحلة الثانوية ، وقد عقد العزم على الالتحاق بجامعة " هارفارد " . اعتقد أنه يستطيع أن ينجح فيما تبقى له من مشروعات قليلة دون مجهود يذكر . وكانت هذه الثقة الزائدة هى سبب المشكلة ويظهر هذا فى القصة التى ترويها علينا والدته :

**حسناً ، أعتقد أن هذا يحدث لكل منا أحياناً . لكنى لم أعتقد أنه سيحدث بهذا السوء لـ " تومى " . كان يعرف أنه طالب ذكى ، ولكن أى طالب ذكى ينتظر حتى ليلة تقديم بحث علمى هام ليبدأ العمل فيه ؟**

كان " تومى " حاضراً لقائنا مع عائلته ، وهنا تدخل قائلاً : " لم تكن فى الواقع ليلة تقديم البحث يا أمى ، أقصد أننى كنت أفكر فيه طوال اليوم " ، فضحك جميع الحاضرين لما قال حقاً .

**عظيم يا " تومى " . شكراً جزيلاً على هذا ، على أى حال ، فى منتصف الليل تماماً سمعت صرخة رعب رهيبة : " يااااه : لقد أديته كله خطأ ! " أسرعنا جميعاً إليه ووجدناه يمسك رأسه بكلتا يديه . فقد كتب خمسة وعشرين صفحة خطأ من مجموع أربعين صفحة هى عدد صفحات البحث . وقد أدرك هذا فى منتصف الليل !**

حسناً ، واختصاراً لهذه القصة الطويلة ، بدأنا جميعاً ـ أنا وهو وأخيه ـ عمل بحث جديد مرة أخرى مما جعلنا نسهر طوال الليل ، وبعد أن هددته مائة مرة أن أقتله جراء فعلته هذه ، نجحنا فى إعادة طباعته مرة أخرى ، وقام بتسليمه لإدارة المدرسة فى الساعة التاسعة . حمداً لله أنه سوف يذهب للجامعة .

أخبرنا أحد التلاميذ الذين التقينا بهم وأمه رواية مضحكة حدثت له وهو فى الصف السادس حين أخفق فى إتمام أحد الواجبات ، وانطلاقاً من إحساسه بالرعب الشديد فكر فى طريقة اعتقد أنها طريقة بارعة تخرجه من المأزق ، لكنها لم تكن كذلك .

كنت أعتقد أننى فى منتهى الذكاء ، لكننى لم أر شيئاً أكثر غباءً من هذا ! أعتقد أننى كنت كاذباً سخيفاً . مازلت لا أصدق أننى فكرت أنى سوف أفلت بعملتى هذه . الذى حدث هو أن المدرس قد أرسل معى مذكرة ليتم توقيعها من البيت لأنى لم أكن قد أنجزت عمل ما كنت مكلفاً به . فذهبت للمنزل وبيدى كومة من الأوراق ـ أحاول أن أبدو فى حالة عدم نظام ـ وأخبرت أمى أننى أقوم بعمل بحث فى الخط ! ( انفجر " بول " ووالدته فى الضحك ) ووضعت مذكرة المدرس فى نهاية كومه الأوراق ، وبعد أن قامت أمى بتوقيع عدة أوراق ـ كى تنشغل بما تفعل ـ حاولت أن أقوم بسحب مذكرة المدرس من أسفل كومة الأوراق وأضعها أعلى الكومة كى يتم توقيعها ! يا له من غباء . وأسفاه ، لقد كان لون ورق المذكرة وردى فى حين كان لون بقية الأوراق أبيض [ المزيد من الضحك ] كان شيئاً مشيناً مفضوحاً ، بالإضافة إلى أننى كنت أرتجف كورقة فى مهب الريح . أدركت أمى ما كنت أحاول أن أفعله وصفعتنى .

إليك قصة أخيرة من شأنها أن تساعد فى وضع كل ما ناقشناه فى هذا الفصل فى منظور واضح ، قالت إحدى الأمهات :

اعتدت أن أقول لـ " جيرالد " ابنى: " لا تفعل ما فعلته أنا ". لقد أهملت المدرسة ، لذلك لم أتعلم الكثير حتى الآن ، وعندما حصلت أخيراً على شهادة الدكتوراه ـ وأنا فى الخامسة والأربعين من عمرى ـ كان هذا فى وقت متأخر جداً وصعب جداً ، كان لابد أن أبذل أربع أضعاف المجهود الذى بذلته وأنا فى مثل عمره ، ظللت أخبره بهذا طوال الوقت ، لكنه لا يستمع أبدا ، لذلك فى اللحظات الأخيرة دائماً ، ينكب على المكتب حتى ينكسر ظهره ويشعر بالألم حتى يستطيع إدراك النجاح . لكنه أدركه وبتفوق . لن أنسى أبداً عندما تخرج بمرتبة شرف . [ بدأت تبكى ] نظر إلى من فوق خشبة المسرح ومن بين الحشد الكبير وقال لى وعلى وجهه ابتسامة هذه العبارة : " شكراً يا أمى " . يا إلهى ، يا له من تقدير !

الفصل الثالث

# التأديب

ماذا تفعل لو أن طفلك الصغير الذى ما يزال بالروضة قد أعلن العصيان ورفض بإصرار وتحد الانصياع لأوامر وطلبات معقولة ؟ كيف تتغلب على هذا الموقف ؟ هل ستطبق مهارات التواصل التى وردت بالفصل الأول ؟ ربما ، ولكن ماذا لو منعك هذا من الذهاب إلى أى مكان - بما فى ذلك العمل ؟ هل ستتخلى عن الأساليب الرقيقة وتلجأ إلى تهديدات مثل ليس هناك حلوى بعد العشاء ؟ ألن تشاهد سلاحف النينجا مرة أخرى ؟ ربما يحقق هذا الأسلوب نجاحاً رائعاً ؟ ولكن ماذا لو كان رد الفعل هو صرخة مروعة ؟ يشرح لك المثال التالى كيف وجدت مدام " أندريتى " أسلوباً أفضل لكى تتعامل به مع عناد ابنها الصغير الذى يبلغ العامين من عمره .

**مر " بيلى " بفترة كان يرفض فيها ارتداء ملابسه للذهاب إلى روضة الأطفال ، كنت أُلبسه ملابسه فيخلعها عنه ، أكرر نفس المسألة ويكرر نفس رد الفعل ، وهكذا . لم أكن أعرف من أين استقى**

**هذا السلوك . لم يُجدِ معه أى شيء . كان يتحكم فى ، ويفعل هذا دائما عندما أكون فى عجلة من أمرى أريد أن اصطحبه للروضة وأسرع لعملى ، ثم اتضح لى شيء ما . وقلت لنفسى : " حسناً إذا لم يكن يريد أن يرتدى ملابسه ، لا تدخلى معه فى معركة شعواء . خذيه إلى الروضة عارياً " . وهذا ما فعلته بالضبط . عندما حاول " بيلى " فى المرة التالية أن يجرب حيلة الانهيار ، تفوقت عليه فى هذا وببساطة أخذته من يده ومشيت به إلى السيارة وتحركت فى اتجاه الروضة - هكذا عار تماما . وقلت له : " مع السلامة يا " بيلى " ، أراك عندما أعود لأخذك للبيت . اخرج من السيارة الآن . استمتع بوقتك فى الروضة " . لم ينبس ببنت شفه ولم يفعل أى شيء ولم يفتح باب السيارة ، " لابد أن أُسرع إلى عملى ، وأنت أيضاً يا " بيلى " يجب أن تذهب وإلا تأخرت " ، فما رأيت إلا " بيلى " وهو يغطس داخل حقيبة الملابس فى المقعد الخلفى .**

باستخدام أسلوب تربية وتأديب يُسمى النتائج المنطقية تم حل المشكلة ، وتحقيق النصر . ولم يعد هناك رحلات بالسيارة داخلها طفل عار . حققت مدام " أندريتى " نصراً جديداً وهى تلقن ابنها درساً جديداً ، وسنرى فى نهاية هذا الفصل بعض الأمثلة للنتائج المنطقية الطبيعية التى تحدث دون تدخل أبوى .

يختلف أسلوب مدام " أندريتى " الحديث فى التربية والتأديب عن الأسلوب الصارم غير الخلاق الذى كان يتبع فى بداية القرن العشرين ، عندما كان يجتمع الأطفال على مائدة العشاء فى الكثير من البيوت الأمريكية وهم يرتدون ملابس بالية لكنها نظيفة ، وشعورهم الملساء مصففة للخلف ، ويجلسون بوجوههم النظيفة المغسولة على المائدة منتظرين الطعام فى طاعة تامة . ويجيبون آباءهم بأدب ( نعم ،

سيدى ) عندما ينادونهم . لم يدفعوا أذرعتهم أعلى المائدة ، ولم يكن هناك لغو بين الأطفال . وإذا تجرأ أحدهم إلى وعاء البطاطس عبر المائدة ، تدفع مفاصل أصابعه ثمن هذا بما تتلقاه من ضربة شديدة من ملعقة خشبية ، وعندما يتجاوز الأطفال حدودهم ـ فيما ندر ـ فهناك على صندوق الثلج يرقد سوط مؤلم الضربات جاهز للاستعمال دائماً .

ماذا حدث منذ ذلك الحين ؟ لقد تغير الأمر . فإن الآباء والأمهات أصبحوا أكثر تفتحاً ؛ يمكنك الآن أن تُصبح إنساناً كاملاً ـ حتى لو كنت مجرد طفل صغير ـ لكن بعض العائلات انحرفت بشدة للجانب الآخر من ميزان التربية والتأديب . إن الحياة مشاركة ! ولكن لقد تغير أغلب الآباء والأمهات بمعدل مائة وثمانين درجة بعيداً عن أجدادهم وأسلافهم ، وأصبحوا يمنحون أطفالهم الآن الكثير : الكثير من الحرية ، الكثير من النقود ، الكثير من كل شيء ، فى نفس الوقت الذى يتجاهلون فيه التقاليد التى كانت مسئولة عن ترابط أفراد العائلة فى وقت مضى .

إذن ، أيهما الأصعب على الأبناء ، أسلوب التربية والتأديب الصارم الذى كان يتبع فى عام ١٩٢٠ وما بعدها ، أم الأسلوب المتساهل لأعوام ١٩٩٠ وما بعدها ؟ لقد اكتشفنا أن الآباء والأمهات الخبراء لم يتفقوا مع أى منهما . فقد وجدوا أن هناك منطقة وسطى بين الأسلوبين تسمح بقدر مقبول من الحرية مع بعض التوجيهات المحددة جداً ـ وهى تتمثل فى اثنين من المقومات الخطيرة جداً والمهمة لتعليم الأطفال كيفية تحقيق الذات الذى سوف يحتاجونه عندما يكبرون .

أخبرنا أحد الآباء الذين تحدثنا إليهم ـ ويعمل طبيباً بيطرياً ـ أن هناك مثالاً جيداً لهذا التوازن الصحى يمكننا رؤيته فى حدائق

الحيوانات الحديثة ، حيث استحدثوا وسائل وأساليب جديدة فى العناية بالحيوانات .

**لم تعد الحيوانات من فصيلة الرئيسيات ـ أعلى رتب الثدييات ـ تُحبس فى أقفاص صغيرة كما كان يحدث قبل ذلك ، فقد أصبح علماء علم الحيوان الآن يخصصون مساحات فسيحة للحيوانات لتنطلق فيها ، فتتأرجح بحرية بين الأشجار من غصن إلى غصن ، وتتسلق جبال صناعية وتختفى بعيداً وتتسامر مع غيرها من الحيوانات ، ولأنهم لا يدركون حاجتهم إلى حدود تضمهم ولأنهم لا يدركون عدم قدرتهم على الحياة خارج عالمهم الصغير . فهم مازالوا بحاجة إلى الحدود الخارجية التى تحيط بالخندق المائى الذى يعيشون فيه . وعلى الرغم من أنهم يمرضون ويصابون بالانهيار العصبى عندما يحبسون فى أقفاص مجردة من الحب ، إلا أنهم على الجانب الآخر لا يستطيعون الحياة بدون الغذاء والرعاية . والأطفال ـ فى واقع الأمر ـ لا يختلفون عنهم فى هذا الأمر .**

كذلك سنرى فى هذا الفصل كيف أن الآباء والأمهات الناجحين قد استبدلوا الكلمات المأثورة لدى الأجيال السابقة مثل السيطرة والامتثال والتنافس والإلزام بغيرها من الكلمات المأثورة الجديدة ذات المضمون الصحى مثل الإبداع ، والثقة ، والكفاءة ، وأكثرها أهمية على الإطلاق كلمة الرضا . وهم بذلك يؤكدون على الاعتماد على النفس بدلاً من الاستسلام ، ويحققون هذا بالحرص على تجنب أسلوبين من الأساليب التربوية وهما : التساهل والصرامة ، أما الأسلوب الذى يستخدمونه فهو أسلوب يتسم بالحساسية والتفهم يوظفون فيه اثنتين من الكلمات المأثورة القيمة جداً وهما التناغم والتشجيع .

لماذا " التشجيع " ؟ سنجيب على هذا السؤال فى الجزء الأول من هذا الفصل ، الذى يبدأ بإلقاء نظرة موجزة ولكنها هامة جداً على الدوافع الرئيسية التى تدفع الآباء والأمهات لإنجاب أطفال وكيف يؤثر هذا على قدرتهم على تربية وتأديب هؤلاء الأطفال . ثانياً : سوف نناقش أسلوب التأديب الذى اختاره الآباء والأمهات الخبراء ، ولماذا اختاروه . وسترى أنهم قد وضعوا قواعد وحدود ، ثم تركوا أطفالهم يعيشون فى إطارها بدون إلحاح دائم لتقديم العون والنصيحة والحماية الأبوية المفرطة ! ولكن عندما يتخطى الأبناء هذه الحدود ويخونون ثقة آبائهم وأمهاتهم ، فإنهم يواجهون عواقب وخيمة وسريعة لا تردد فيها ولا مناقشة ولا مساومة .

إحدى القضايا السلوكية الهامة بالنسبة للآباء والأمهات خاصة بين الأطفال الأصغر سناً هى قضية جذب الانتباه . سوف نتعرض لهذه القضية وللطريقة التى تعامل بها الآباء والأمهات معها ومن خلال عرضنا لهذه القضية سوف تتكون لديك فكرة عن كيفية تعامل الآباء والأمهات مع القضايا المماثلة . ثم نختتم هذا الفصل بالتركيز على واحدة من مراحل تنشئة الطفل ، والتى قد تكون حجر عثرة فى طريق الآباء والأمهات وهى الحماية المفرطة . إليك بعض الصور الموجزة التى نقدمها لك لترى من خلالها أنه عندما اقتضت الضرورة التدخل بقدر من التأديب والتربية كان هذا التدخل بأسلوب يغلفه الحب وليس الاستبداد .

هناك اثنين من العناصر المهمة التى تندرج تحت أساليب التأديب الناجحة وهما : ( ١ ) قدر من العدل والإنصاف ( ٢ ) منطق واضح ومفهوم حتى للأطفال الصغار . تشرح لنا واحدة من الأمهات جزءاً من هذا المنطق كما تشرح لنا مفهوم تربية الطفل وما يعنيه بالنسبة لها :

**تتلخص فلسفتي الخاصة في تربية أبنائي في الآتي : العلاقة بين أفراد الأسرة أكثر أهمية من السلوك ، وأعني بهذا أن لا تثور لكل وأي شيء تافه ، أو مجنون ، أو أخرق يفعله طفلك . لا تفترض أنه يفعل ذلك متعمداً أو لكي يثيرك ويُعَرفك أنه لن يستجيب لما تريد . يأتي مثل هذا السلوك من اعتقاد الآباء والأمهات أنهم دائماً على صواب ، دع الأمور تمر بسلاسة ، وتذكر أن أهم شيء هو الحب الذى تتقاسمه مع أفراد أسرتك ، وتلك الرابطة التى تربطكم فهى المحك الحقيقى وليس الجو البوليسي الذى تخلقه .**

بهذه النصيحة ذات الكلمات المعبرة ، دعونا نبدأ الحديث عن دوافع الآباء والأمهات ونناقش باختصار أهم وأخطر العقبات التى قد تعوق تربية الطفل وهى : الخوف .

## دوافع الآباء والأمهات

كثير من الآباء والأمهات يخافون فقدان حب أطفالهم ، هذا الحب الذى كان فى المقام الأول هو الدافع الحقيقى وراء إنجابهم للأطفال ، وهو غالبا الذى يمنعهم من تربية أطفالهم وتأديبهم بالطريقة المثلى . وإذا كان هؤلاء الآباء والأمهات يفتقدون هذا الحب الذى لم يحصلوا أنفسهم عليه من آباءهم وأمهاتهم ، ولديهم رغبة عميقة الجذور للاستئثار به ، لكى ينقذوا به زواج على حافة الفشل ، أو ليمنعوا به الطرف الآخر من التخلى عنهم ، فإن رغبتهم فى تأديب أطفالهم ستكون ضعيفة الإرادة جداً . إذا منعهم الخوف من اتخاذ قرارات ضرورية ولكنها غير مألوفة ، لأنها قد تزعج أو تضايق أطفالهم ،

فعادة ما يتجاهلون أنفسهم هذه القواعد الفاترة التى يضعونها ، وساعتها يفلت الزمام من أيديهم تماماً ، وبالتالى فإن تلك التداعيات الناتجة عن الخوف تزيد من احتمالية ضعف الروابط بين أفراد الأسرة ـ وهذا ما يريدون تجنبه .

عند حدوث خلافات وتعارض فى وجهات النظر لا يكون الإذعان أسهل الطرق للقضاء على هذه الخلافات ، بل أصعبها ، فأنت حين تستسلم لنزوات وأهواء الأطفال المتمردين تكون كمن يزرع ألغام فى مرفأه الخاص ، وعندما تصطدم بأحد هذه الألغام وتبدأ فى الغرق ، مَنْ تظنه يطوق سفينتك ويتلاعب بها فى المياه ؟ إنهم الأطفال ، مثل أسماك القرش الصغيرة ، يستشعرون عدم ثباتك ويتحركون غريزيا للاستفادة من هذا ، فهم يعلمون أنهم لن يعاقبوا على إساءة السلوك . من بين كل الأخطاء التى قد يرتكبها الآباء والأمهات ، يُعد هذا الخطأ أكثرها شيوعاً ـ وأكثرها خطورة وتدميراً . يقص علينا أحد الآباء الذين التقينا بهم صورة لإحدى هذه المناورات رآها تحدث أمامه . فهو يصف سلوك طفلة عمرها عامين ـ مثلها مثل أى سمكة قرش لا تخاف أى شيء ، ولا حتى الغرق :

> فى صباح أحد الأيام دخلت إلى المصعد مع جارتى التى تسكن الشقة المجاورة لى مع ابنتها الصغيرة " مارى " التى تبلغ من العمر عامين وهى طفلة متقلبة المزاج اعتدنا أن نسمع صراخها عبر الجدار وقد أدركت الآن السبب ؛ فهذه الطفلة تتحكم فى أمها وتعرف أنها تفعل ذلك . عندما فُتح باب المصعد ، خرج الجميع ماعدا " مارى " ، التى استندت إلى جدار المصعد الخلفى ورفضت أن تتحرك . قالت أمها " هيا يا صغيرتى ، سوف نتأخر " . وحاولت ملاطفتها لتخرج

**قائلة : " هيا يا " ماری " ، هيا ، سوف يُغلق الباب " ، ولكن ما من مجيب . كانت في موقفها هذا كمن يرتدى فانلة مكتوب عليها " لا للخوف " . اتكأت بظهرها وحملقت فينا دون أى نية لعمل أى شيء ، بالطبع تحركت أمها على الفور وحملتها خارج المصعد - تماماً ما كانت تريده الطفلة ! لو كنت مكان الأم لكنت قد تركت باب المصعد يبدأ في الانغلاق ، فقط لكى أعطيها جرعة من الواقعية .**

ماذا يفعل الخبراء الحقيقيون فى مواجهة موقف كهذا ؟ لقد حالفنا الحظ فى العثور على قصة مشابهة ، ولكن برد فعل مختلف من أم كانت على نفس القدر من عدم الخوف الذى كانت عليه ابنتها . **إليك** الطريقة التى تشرح بها مدام " لوبيز " أسلوبها التأديبى الفعال :

**أصابنى الملل من كثرة تكرار طلبى من " فلورينا " أن تظل بجوارى ونحن بالمتجر . كانت فى الثالثة من عمرها آنذاك ، وكانت دائمة التمرد وغير مطيعة ، لذلك قررت أخيراً أن أجرب شيئاً آخر وهو أن أتركها تفعل ما تريد بدلاً من أن أظل أردد : " ابقى هنا ، ابقى بالقرب منى يا " فلورينا " . " أعتقد أنها الطريقة الوحيدة التى جعلتها تدرك لماذا أريدها دائما بالقرب منى ، كل ما فعلته هو أننى تركتها تضل طريقها وتتوه عنى ، نعم فعلت هذا ، وإننى أرشح هذه الطريقة لكل الآباء والأمهات لأنها الطريقة الوحيدة التى تجدى فى مثل هذه المواقف ، فبعد أن أخبرتها للمرة الأخيرة أن تظل بالقرب منى ، تركتها تتوه ، لم تستغرق وقتاً طويلاً لتدرك أنها قد تاهت . كنت أراها لكنها لا ترانى . فجأة ، ماما غير موجودة فى أى مكان ، ثم صراخ وعويل ! ولكنى لم أسرع إليها فى الحال ، تركتها تائهة وغارقة هكذا لعدة دقائق ثم ذهبت إليها . ما كان على إلا أن أقول : " أرأيت ؟ "**

* إذا كنت تعتقد أن لديك شيئاً من الخوف يمنعك من اتخاذ إجراءات معينة فى وقت الضرورة ، ضَع نصب عينيك هذه القاعدة ، إنها واحدة من أهم القواعد المنصوص عليها فى هذا الكتاب : " **الإذعان لكل طلب يطلبه طفلك لا يعنى أنك تكن له قدراً كبيراً من الحب** " .

وكما يقول الكاتب والمتحدث " زيج زيجلار " : " إذا كنت بصدد منافسة طفلك للفوز بمسابقة شعبية ، فأنت فى مأزق خطير " .

## أساليب التأديب

دعنا نوضح هذه الحقيقة على الفور : وهى أن **الحزم** لا يتساوى مع **التفريط** ، كما أنه لا يؤدى إلى فقدان الحب ـ مصدر الخوف الأعظم الذى يضمره كثير من الآباء والأمهات ـ على العكس من ذلك . فإن القيادة الحكيمة العادلة تحوز على الاحترام ، لأنه وعلى الرغم من أن الأطفال لا يظهرون هذا إلا أنهم فى أعماقهم يريدون توجيهاً أكثر حزماً . وقد وجد الآباء والأمهات ـ موضوع دراستنا ـ أنهم عندما يستخدمون أساليب تربية وتأديب حازمة يصبح أطفالهم أكثر استجابة وأفضل سلوكاً .

من بين أساليب التربية الثلاثة الرئيسية ـ وهى التساهل والحسم والثقة ( المعقولة والمحترمة ) ـ نجد أن أسلوب التساهل هو أكثرها انتشاراً ، لماذا ؟ ربما لأن هذا الأسلوب يتطلب مجهوداً أقل ، أو ربما لأنه يعطى الآباء والأمهات شعوراً كاذباً بالاطمئنان لحب أطفالهم الدائم لهم . مهما كان السبب ، تجنب استخدام هذا الأسلوب بأى ثمن . تصف النادرة التالية موقفاً أقل ما يوصف به أنه كارثة :

**حضرت حلقة دراسية للأطفال عن احترام الذات ودخلت فى حوار مع أحد الآباء وكان يجلس بجوارى . كان لهذا الأب فلسفة فى تربية ابنه تتلخص فى هذه النظرية التى يجب على الآباء والأمهات الابتعاد عنها تماماً . تتلخص هذه النظرية فى كلمة واحدة هى الإلهاء . وعندما سألته تفسيراً لهذا ، قال أنه لا يؤمن بقول كلمة " لا " لابنه لأنها قد تسبب له إحباطاً ! وقال أن إلهاء الأطفال بموضوعات أخرى يمنعهم من أن يصبحوا عرضة للعصبية ! لم أستطع تصديق ما أسمع ـ ولم أسمع أى شيء مشابه له من المحاضر أيضاً .**

الذى فشل هذا الأب فى إدراكه هو أن العالم الحقيقى الذى نعيشه ليس عالم لطف ومرح .إليك هذه الخلاصة التى استخلصناها من الآباء والأمهات الخبراء التى تدحض وبشكل مباشر مزاعم هذا الأب : **كلما قل ما يتلقاه الطفل من تربية وتأديب كلما زاد احتمال نموه مفتقداً لحب واحترام الآخرين .**

هل حقيقى أن الأطفال يكونون أكثر سعادة واتزاناً عندما يخاف آباؤهم وأمهاتهم من الأقدام على تأديبهم ؟

هل تجد غرابة فيما يرويه أحد الآباء ، السيد " فيليب " ، عن ابنة الجيران ذات الثلاث أعوام عندما سمعها تنطق بكلمة " عاهر " فأخبرها أنها كلمة بذيئة فكانت إجابتها " هذه ليست كلمة بذيئة . كلمة " ...." هى البذيئة ونطقت بكلمة تفوقها بذائة وقبحاً بمراحل .

على الجانب الآخر من العملة " عملة الأبوة السلبية " تجد أسلوب الصرامة . مقارنة بالأسلوب المتساهل فى التربية ، تجد أن كلاً منهم أسوأ من الآخر . ولكن إن كنت قد شاهدت يوماً أباً مستبداً وهو يعامل أبناءه ، فلابد أنك تعرف مدى ما يخلفه هذا الأسلوب من مذلة

وخنوع لدى الأبناء ـ خاصة لدى الأطفال الصغار الذين لا يجدون لهم ملجأ غير هذا الوحش الكاسر الذى يحاولون يائسين أن يحبوه .

عندما يزمجر الأب فى السوبر ماركت وهو يرد على سؤال ابنه " لماذا لا أستطيع أن أحصل على الحلوى ؟ " ، " لأننى أمرت بذلك ، هذا هو السبب ! " فهو بهذا يطبق أسلوب الصرامة فى التربية وهو أسلوب غير ناجح . إنها ديكتاتورية لا تقدم إجابات وافية . فقد يقول الطفل لنفسه : " حسنا ، إذا كان هذا هو السبب الوحيد ، أنا لن أُسلم به ؛ لأنه غير مقنع " . وهو بالفعل كذلك .

الاستبداد غير المنطقى وغير المنصف يمكنه أن يدفع الأبناء للنظر إلى السلطة نظرة غير سوية ، مما ينتج عنه مشكلات لا حصر لها تصاحبهم فى مشوار حياتهم ، إن العدوانية والتهكم فى التربية تسلب الأطفال قواهم العاطفية والفكرية ، ليس هذا وحسب ولكنها أيضاً تتركهم فى مواجهة الحياة غير مهيأين لها بشكل مؤسف يثير الشفقة ، وعلى الرغم من أنهم قد يكونون صغاراً جداً إلا أنهم سوف يتذكرون دائماً كيف أنهم كانوا يُعاملون بغير إنصاف . تذكر هذا :

**تتطور قدرة الأبناء على اتخاذ القرارات فقط إذا سُمح لهم بالتفاعل مع آبائهم وأمهاتهم .**

إليك ما فعلته مدام " دونالدسون " وهى أم حكيمة واعية عندما ألح ابنها الذى يبلغ من العمر خمسة أعوام فى طلب الحلوى . قالت بلهجة مرحة مضحكة وهى تُقلد ابتسامة من ليس بفمه أسنان : " لن تستطيع أن تحصل على الحلوى لأنها سوف تُفسد أسنانك ، هل تريد أن ترى ؟ " وعندما أومأ برأسه موافقاً ، قفز كلاهما للسيارة وذهبا لأقرب مكتبة وهناك أخذا يقلبا صفحات أحد الكتب التى تتحدث عن طب الأسنان ، وأمعنا النظر فى بعض الصور التى تعرض فجوات

الأسنان التالفة وبعض مشاكل الأسنان الأخرى . إليك روايتها عن الحادثة :

**عندما حاول " دارين " أن يغلق الكتاب ، قلت له : " أوه ، لا يا صديقى ، لقد أردتك أن تحضر إلى هنا ، حتى تعرف ما تفعله الحلوى . هل تريد أن يكون لك أسنان فاسدة ؟ " وقد أدركت أن هذا قد ترك شيئاً بداخله عندما قال ـ ونحن فى طريق عودتنا للبيت وبعد فترة صمت طويلة ـ حسناً ، ما رأيك فى الآيس كريم ؟ "**

يروى لنا اثنين من الآباء قصتين متشابهتين تماماً ، تُظهر كل منهما مهارات رائعة للسلطة الأبوية الحكيمة . القصة الأولى بطلتها فتاة فى الثالثة عشر من عمرها أُعطيت الفرصة للالتزام بمسؤولياتها تجاه قطتها المدللة " نمرة " وإلا فسوف تلاقى نفس مصيرها . تقول مدام " بوبوفيتش " :

**لم أفكر كثيراً فيها ، لكننى كنت على يقين أننى قد مللت وتعبت من قيامى بإطعام القطة " نمرة " فى حين أن هذا كان من مسؤوليات " باميلا " ابنتى . وفى أحد الأيام أخبرتها أننى لن أفعل هذا مرة أخرى . " هذا هو إنذارك الأخير ، فى المرة القادمة سوف نتركك تتضورين جوعاً مثل القطة إذا أنت لم تطعميها ، ودعينا نرى كيف ستحتملين هذا " . بالطبع دخل هذا الكلام من أذن ليخرج من الأذن الأخرى لذلك عندما جلست " بام " إلى مائدة العشاء الليلة التالية ولم تكن قد أطعمت القطة ، قدمت الطعام لكل أفراد الأسرة على المائدة وتخطيتها هى ، هكذا بدون نقاش وبدون طعام . أشاحت " باميلا " بوجهها وكأنها غلطتى أنا ، ونهضت واقفة وقذفت ببعض الطعام**

**الجاف فى وعاء القطة ـ وهو نوع من الطعام لا تحبه " نمرة " ـ وعادت للمائدة . ولكننى قلت " آسفة يا " بام " موعد عشاء " نمرة " مضى منذ ساعتين ؛ لذلك فقد مضى موعد عشائك أنت أيضاً . أوه ، كما أنه ليس هناك وجبات خفيفة تتناولينها بعد موعد العشاء " .**

استرسلت مدام " بوبوفيتش " قائلة إن طريقتها المرتجلة هذه كانت مؤثرة لأنها لم تتصيد الخطأ لابنتها ، وأنها قد أعطتها تحذيراً كافياً وعادلاً ، وأضافت أنه إذا كانت " باميلا " قد استمرت فى التخلى عن مسؤولياتها تجاه القطة فإنها كانت وبدون تردد سوف تتخلى عن القطة وتهبها لأى شخص ، أترى أسلوب أكثر عقلانية من هذا يمكن لكل الآباء والأمهات اتباعه (بما فى ذلك القطة " نمرة " نفسها ) ؟

أخبرنا أحد الآباء الذين تحدثنا معهم قصة مشابهة ولكنها تحكى هذه المرة عن كلب وليس قطة ، وبطل القصة هو طفل عمره سبع سنوات كان قد ناشد والده وتوسل إليه أن يسمح له باقتناء كلب ، وقد صدق الأب أن ابنه قد كبر بما يكفى لكى يعتنى بحيوان ؛ لذلك فقد سمح له باختيار الكلب الذى يريده من مزرعة البلدة ، لكنه اشترط على ابنه شرطاً واحداً فقط ، وظل يعيده عليه مراراً وتكراراً لعدة أسابيع قبل اقتناء الكلب فكان يقول له : " لابد أن تريض هذا الكلب يومياً وبدون استثناء ، حتى إن لم تكن تشعر برغبة فى عمل هذا . هل أنت واثق أنك تستطيع هذا ؟ " وكان الابن يجارى أباه قائلاً : " بالطبع " ، لكنه بدأ فى التخلى عن مسؤولياته بسرعة ، وكما فى حالة مدام " بوبوفيش " ، بعد عدة إنذارات ، توقف الكلام وبدأ الفعل ، إليك ما فعله السيد " شانسباى " :

كان " سكوتي " يتطلع لرحلة صيد نقوم بها معاً يوم الأحد . لكن عندما حل يوم الأحد هذا ورآني " سكوتي " أضع الكلب " لاكي " في السيارة بدلاً منه ، صاح يسألني وهو غير مصدق : " إيه ، أبي ، وماذا عني أنا ؟ " فأجبته : " كنت أود أن آخذك يا بني ، لكني يجب أن أقضي اليوم أريض " لاكي " لأنك لم تفعل هذا طوال الأسبوع الماضي ، وهو يريد أن يلعب مع أحد - كما سبق وناقشنا هذا مرات ومرات . " وعندما عدنا ، كان " سكوتي " غاضباً ومتجهماً . لكنني قررت أنه لابد وأن أضع اللمسات الخيرة " . أتعرف يا " سكوتي " ، لقد قضيت أنا و" لاكي " وقتاً طيباً اليوم ، لكنه لم يكن كعادته . كان ينبح قليلاً ويتلفت حوله ، أعتقد أنه كان يبحث عنك في كل مرة أذكر فيها اسم " سكوتي " ، وعلى الرغم من أنه كان يهز زيله ويبتسم سعيدا إلا أنني أعتقد أنه كان يفتقدك " .

## القواعد والحرية

الآن وحيث إننا قد تعرفنا على أساليب التربية والتأديب الناجحة ، دعونا نتعرف على البنية الكلية للنظام الذى سوف تطبق عليه ، مثل أى مؤسسة لابد وأن توجد قواعد محددة وواضحة تبين حدود السلوك المقبول ، ولكى تكون هذه القواعد مؤثرة وعادلة لابد وأن تُوضع بحيث يتفق عليها كل أعضاء المؤسسة . وقد حقق الآباء والأمهات الناجحين هذا بالخطوات التالية : ( ١ ) توقُع ما هو محتمل الحدوث . ( ٢ ) التخطيط مقدماً لكيفية التعامل معه ، ( ٣ ) عقد اجتماعات لمناقشة هذه القواعد والحدود وعواقب عدم الالتزام بها . ( ٤ ) الحصول على موافقة الأطفال على كل شيء .

احتفظ بهذه العبارة عن أحد الآباء الناجحين :

**إن هدفنا طويل الأمد وهو ألا نفرض سيطرتنا على أبنائنا للأبد ، لكنه فى التخلى عن هذه السيطرة تدريجياً مع نمو أبنائنا وإلى أن يصبحوا قادرين على حماية أنفسهم .**

كان الآباء والأمهات الذين تحدثنا معهم يعيدون فرض القيود على أبنائهم فى حالة ارتكابهم لأخطاء يتعذر اجتنابها ، وذلك حتى يشعر الأبناء بالارتياح والتآلف مع الحريات الجديدة . تكون هذه القيود مؤثرة أكثر عندما تكون واضحة وموجزة وبسيطة وقليلة أيضاً ، وعندما يحدث تجاوز لهذه القيود تأخذ العواقب الواضحة المنصوص عليها مكانها دون مناقشة . على سبيل المثال قام أب وأم وبمنتهى البساطة بتطبيق القواعد المنصوص عليها فى نظامهم : وذلك باقتطاع عشر دقائق من وقت الراحة فى كل مرة يحدث فيها تجاوز .

**كان عندما يقترف أى طفل شيئاً خطأ ، يفرض عليه أن يذهب إلى الفراش عشر دقائق قبل موعد النوم وذلك لمدة أسبوع . وإذا فعل شيئاً آخر ضد القواعد المنصوص عليها يقتضى منه الأمر عشر دقائق أخرى ، بالنسبة للأطفال الصغار يُعد البقاء خارج الفراش لوقت متأخر امتياز كبير ، فإذا ذهبوا للفراش نصف ساعة قبل الآخرين فهم بالتأكيد ليسوا أطفالاً سعداء .**

لا يطبق الآباء والأمهات الناجحين هذه الإجراءات الإصلاحية على أبنائهم هكذا ، لكنهم يعيدون ترتيبها ويناقشونها بصراحة فى اجتماعات عائلية ـ تلك الاجتماعات التى هى بمثابة عنصر حيوى فى أى برنامج تربوى ، لكنها عادة ـ وبالنسبة لمعظم العائلات ـ تتم فقط عند حلول الأزمات .

## الاجتماعات العائلية

إذا تخاصم الوالدان واختلفا بشأن أسلوب التربية الذى عليهم أن يتبعوه وأصبحوا غير واثقين مما سيفعلوه فى مواجهة موقف ما ، فى هذه الحالة قد يبرر الطفل لنفسه الخطأ الذى اقترفه وينظر إليه على أنه رغم كل شيء ليس خطأ سيئاً جداً . وإذا اتفق الوالدان أخيراً على توجيهات معينة ( وهم غالباً لا يفعلون ) ، يكون تأثيرها أقل كثيراً من المفترض أن تكون عليه لأن الطفل قد شاهد بنفسه ازدواجية وتناقض والديه . إذا افتقدا للثقة ، افتقدها هو أيضاً ؛ ولذلك تجنب حدوث مثل هذه المشكلة بأن تخطط مسبقاً لأفعالك ثم تطرحها للمناقشة على مائدة اجتماعات العائلة .

على الرغم من أنك قد لا تقبل احتجاج أبنائك على القواعد والقوانين التى تسنها ، إلا أنهم لابد وأن يكونوا موضع ترحيب فى هذه الجلسات . فالمناقشات والمناظرات والحجج وربما أيضاً بعض المساومات على البنود الصغيرة تكون مقبولة فى هذه الجلسات وليس فى وقت مخالفتهم لهذه القواعد .

اترك الأطفال يشتركون فى المناقشات ، ويعبرون عن مشاعرهم وأفكارهم ، فإن هذا هو روح وجوهر الأسلوب العادل والواثق فى التربية والذى يُبنى على أساس الاحترام والتفاعل وليس الأوامر العسكرية . من الفوائد الجانبية لمشاركة الأطفال ، أنهم يشهدون ما يحدث وهم يناقشون ويفهمون ويوافقون على هذه القواعد ، مما لا يترك مجالاً للجدل فيما بعد عندما يحدث تجاوز منهم لهذه القواعد التى ساعدوا فى وضعها .

تشبه الاجتماعات العائلية المنتظمة " الأوقات المحددة للحديث " التي تحدثنا عنها في الفصل الأول والتي تعطي الأطفال وقتاً للاستعداد لما يريدون قوله وتمنحهم منتدى حراً للمناقشة يعبرون فيه عن أفراحهم وإحباطاتهم ، كذلك تعطى الاجتماعات العائلية أيضاً فرصة لكل من الأبوين والأبناء لكى يخففوا من سرعة سباق الحياة اليومية ويأخذوا فترة راحة لا يقومون فيها بأى أعمال " ، وهو شيء مهم جداً خاصة بالنسبة للأطفال الصغار الذين يحلقون دائماً فى عالمهم الخاص الملىء بالاستكشافات والمغامرات ، ويتطلعون لأخبار عن تلك السلحفاة التى أطلت برأسها من الثقب ، أو عن ذلك المخبأ السرى الذى عثروا عليه هناك فى أسفل الممر الضيق .
إن الإعداد المسبق للاجتماعات يعطيهم شيئاً يتطلعون إليه ، ويعطيكم جميعاً وقتاً للتواصل مع بعضكم البعض بطريقة لا تتوفر فى خلال زحمة الحياة اليومية .

اتخذت الاجتماعات التى سمعنا عنها أشكالاً متعددة ، لكن هناك إجماع عام على الأساسيات التالية :

- لا تستخدم الاجتماعات العائلية لتحجيم أضرار أزمة كانت قد حدثت ، لكنها تستخدم لمنع حدوث مثل هذه الأزمات .
- يعقد الاجتماع مرة واحدة شهرياً على الأقل ، ما لم يكن هناك قضايا خاصة أو عاجلة تحتاج اهتمام أكثر .
- لا تزيد مدة الاجتماع عن نصف ساعة للأبناء الصغار ، وساعة للأبناء الأكبر سناً .
- يسمح للأبناء بالاشتراك فى الاجتماعات وفى التعبير عن مشاكلهم وشكواهم واقتراحاتهم .

- مناقشة القضايا السابقة قبل البدء فى القضايا الجديدة .
- عدم توجيه النقد لأية موضوعات .
- تُعطى الكلمة لكل عضو فى دوره على ألا يقاطع أحدهم الآخر .
- الحصول على موافقة الأبناء على كل ما يسن من قواعد .

وكما اكتشف أبوان ممن تحدثنا معهم أن للاجتماعات العائلية فائدة رئيسية أخرى : وهى أن إدراك الأبناء للحقيقة الخالصة بأن هذه الاجتماعات سوف تعقد فى مواعيدها يساعد على الحد من المشاكل .

**لقد وجدنا أن تذكرة بسيطة أثناء الأسبوع مثل " الاجتماع قادم " تشكل ردعاً جيداً لإساءة السلوك . لا يستطيع طفل أن يتوارى بخطأ ارتكبه فى حالة وجود اجتماعات تعقد فى مواعيدها الدورية ، فكيف يحدث هذا وهو لا محالة جالس على مائدة الاجتماعات ليشرح لماذا قام بمخالفة هذه القاعدة أو تلك ، أو أى شيء مما قد يضيع وسط الزحام لو لم تكن هناك اجتماعات دورية . عندما كانت " بولين " تأتى للمنزل متأخرة ، أو تهمل فى أداء بعض واجباتها ، كان كل ما أقوله هو : " سوف نناقش هذا فى الاجتماع " وهذا هو ما يؤرقها لأنها تعرف أننا سوف نعيد عرض المسألة مرة أخرى ونناقشها من كل الجوانب ، فالأبناء يأملون أن تمر مثل هذه الأشياء مرور الكرام - ويحدث هذا إذا لم تجلس وتواجههم بها فى اجتماعات دورية ، فى هذه الاجتماعات استطعنا أن نحل كثيراً من المشكلات ، وأنا أوصى بها كل الآباء والأمهات ، ويجب أن يعرفوا أيضاً أن السر فى نجاحها هو المداومة عليها .**

لا تنظر للاجتماعات العائلية على أنها الترياق الشافى الذى يأتى معه الالتزام الكامل بكل القواعد والقوانين العائلية ! لكن وجد الآباء والأمهات أنهم عندما يلتزمون بالأساسيات الست التالية ، يصبح أسلوبهم فى تربية وتأديب أبنائهم منصفاً وفعالاً جداً .

- عليك بفرض قوانين قليلة وأساسية ، وليست كثيرة وعامة .
- عليك بصياغة القوانين وكتابتها بوضوح حتى عندما يحدث تجاوز لها ، حتى لا يكون هناك جدل حول ما هو المقصود منها .
- لا تستخدم هذه العبارة أبداً " فرصة أخرى " .
- استخدم هذه العبارة كثيراً " تحمل مسئولية أفعالك " .
- بجرأة وبدون تردد افرض القوانين ، وتابعها بعواقب تجاوزها بدون تهاون .
- ليكن أسلوبك فى التأديب عملياً وصامتاً ـ لا للتحذير أو التهديد أو المناقشة .

تابع السيد " جيم سكلتز " بامتياز تطبيق قانون الساعة الخامسة الذى وضعه ووافق عليه كل أعضاء الأسرة فى أحد اجتماعاتها الدورية . تروى لنا مدام " سكلتز " كيف تم هذا .

**كان " ميشيل " فى الخامسة من عمره عندما كان يفترش أرضية غرفة اللعب بلعبه ليجعل منها ميدان معركة بين سلاحف النينجا وجيش المحاربين ، وفى منتصف هذه المعركة ذهب ليلعب مع ابن الجيران بالخارج تاركاً كل شيء مبعثراً على الأرض ، وإلى هذه اللحظة لم يكن هناك أى لوم أو عتاب ، ولكن عندما خرج والده**

**ليناديه فى الساعة الرابعة وخمس وأربعين دقيقة ليذكره بأن الوقت قد حان لينظف ويرتب لعبه ، تجاهل " ميشيل " نداءه . لذلك وطبقاً للقانون المنصوص عليه ، فى الساعة الخامسة تماماً ، تناول " جيم " حقيبة كبيرة من تلك التى تستخدم فى التسوق وبدأ يجمع اللعب . عندما ظهر " ميشيل " فى الصورة ورأى أنه لم يعد هناك ميدان معركة ، ولن يكون هناك معارك أخرى تدور بين السلاحف النينجا وجيش المحاربين . وبينما توجه " جيم " بحقيبة اللعب إلى مخزن المنزل ليتركها هناك مع غيرها من الأشياء التى لم تعد تستعمل ، انفجر " ميشيل " فى بكاء هستيرى . بكى وانتحب كثيراً ولكن دون جدوى ، كان رد فعل والده الصمت التام وحسم الأمر تماماً دون أى مناقشات إضافية .**

لم يخاف السيد " سكلتز " من أن يفقد حب ابنه " ميشيل " أو أن يجرح شعوره ، فهو يعلم أن مثل هذه الإجراءات ضرورية جداً لبناء الشخصية ولابد وأن تتم بغض النظر عما يصدره الابن من ضجيج وجلبه ، يؤكد أب آخر على كلام السيد " سكلتز " قائلاً :

**الأطفال الذين لا يؤدبهم آباؤهم وأمهاتهم وهم صغار ، سوف تؤدبهم الأيام والليالى وبدون رأفة عندما يخرجون للعالم ، يبحثون فيه عن عمل ، أو يكونون به علاقات وحياة اجتماعية .**

إليك فكرة أخرى يرى الآباء والأمهات الذين تحدثنا معهم أنها مفيدة للاجتماعات العائلية الناجحة وللأبوة الناجحة بصفة عامة :

**أظهر لأبنائك أنك تنظر بجدية لأرائهم حتى يشعروا أنهم متمكنين وليسوا خاضعين .**

تطلق واحدة من الأمهات على هذه الفلسفة اسم " الديمقراطية الاشتراكية " وترى أنها الفلسفة المناسبة ليس فقط لأن الأطفال لهم حق رئيسى فى التعبير عن آرائهم فى الوقت المناسب ، ولكن أيضاً لأنه من المفروض أن يُنمى لديهم إحساس الاعتماد على النفس . ولإعطائهم دوراً فى كيفية تسيير حياتهم هو جزء من كل متكامل من هذا النمو .

ترى أم أخرى أنها عندما كانت تستهل موضوعاً ما بعبارة " لا أدرى إذا كنتِ قد كبرتِ بما يكفى كى أناقش معكِ هذا الموضوع ، ولكن ... " كانت تنجح دائماً فى الاستحواذ على انتباه وتركيز ابنتها " دونا " ، وقد أخبرتنا " دونا " التى كانت تحضر اللقاء لماذا كان هذا الأسلوب ينجح دائماً :

> **فى البداية كانت أمى تثير فضولى عندما تبدأ الحديث بجملة كهذه ، لكنى فى الحقيقة أعتقد أنه شعورى بالاحترام والثقة بأننى سوف أتفهم الموضوع أياً كانت طبيعته . كنت أشعر أننى فتاة ناضجة عندما كانت أمى تستخدم هذا الأسلوب معى ، كانت تعاملنى كإنسانه واعية ناضجة وكان هذا يعنى لى الكثير ، وكان ما تقوله يصيب الهدف لأنها عندما كانت تبدأ حديثها بهذه العبارة ، كنت أعلم أن ما ستقوله شيء مهم ، وأنها قد وضعتنى فى مكانة تساوى مكانتها . وهذا كله يولد الثقة .**

هناك دور آخر تلعبه القواعد والقوانين لا يُلتفت إليه غالباً : فهى فى الواقع تعطى للطفل حرية أكبر وتمنحه إحساساً بالأمان ؛ لأنها تلعب دور المرشد فى عالم رحب شديد التعقيد ، بدون هذه القيود المحررة ، بما فى ذلك من مفارقة ، يشعر الأطفال بالتيه تماماً مثلما

يشعر الرحالة عندما يدخلون بلاداً غريبة فى ساعة ذروة بدون خريطة ترشدهم للطريق ، يصف لنا أحد الآباء رد فعل أطفاله عندما لم يكن لديهم خريطة وهم فى منطقة خطرة ، إنهم لا يتوهون فقط لكنهم أيضاً لا يجدون طريقة للهروب من هذا المكان . إليك ما حدث عندما خالف طفليه الصغيرين قانون " الفِنَاء الخلفى " ـ وكان نتيجة هذا أنهما اكتسبا احتراماً فوريا للقوانين .

**كنا قد حذرنا الأولاد بألا يفتحوا البوابة الخلفية للمنزل وألا يخرجوا منها إلى الحقل المجاور للفناء الخلفى ، كان هذا محذوراً عليهم طوال الوقت ، وأعتقد أن هذا كان مصدر الإغراء ، فالممنوع مرغوب ، نظرت يوماً من نافذة الطابق العلوى ، فرأيت الولدين يتجهان صوب البوابة . كان واضحاً أن " ستيفن " ذا الخمسة أعوام قد عرف كيف يفتح مصراع الباب ، لكنه ما كان سيغامر بأبعد من ذلك إن لم يجد التأييد المعنوى من أخيه " بول " ذى الثلاثة أعوام ، وبينما أخذت طريقى للطابق السفلى ، كانوا قد انسلوا إلى داخل المنطقة المحرمة ، وأعتقد أن مصراع الباب قد عاد إلى مكانه فانغلق الباب وراءهم دون أن يشعروا بذلك . وعند وصولى إليهم بعد ثلاث دقائق من حدوث هذا كانوا يصرخون وينتحبون ويتشبثون بالباب مذعورين ، وعلى الرغم من أنهم كانوا يدركون أنهم فى مأزق إلا أنهم لم يهتموا بذلك ، وسعدوا لرؤية أبيهم كما لم يحدث من قبل .**

## وضع حدود

على الرغم من أن الأبناء يعرفون أنهم سيواجهون عاقبة مخالفة القواعد فى الاجتماعات العائلية ، إلا أنهم لا ييئسون من محاولة

اختبار هذه القواعد للبحث عن نقاط ضعف لها تُمكنهم من مخالفتها . دورك هنا : ألا تسمح بذلك ! الخبراء الحقيقيون من الآباء والأمهات لم يفعلوا هذا أبداً وهذا أحد أسرار نجاحهم .

عندما يجادلك الأبناء ، تجهم ، دافع عن موقفهم واسخر من موقفك ، تفهم شعورهم لكن لا تلعب لعبتهم ، تشبث بهذه القواعد باستماتة ! وتذكر أن الأبناء يريدون ما يرغبونه فقط ، وغالباً ما يتصرفون فى ذلك مثل جرو صغير : فبغض النظر عما تفعله لكى تجعله آمنا فى حدود الفناء الخلفى ، إلا أنه يجد طريقة يحفر بها أسفل السور ويتخذ طريقه فى اتجاه الباب الأمامى . وهو يهز زيله متحديا ومنتشياً بنفسه .

يشرح لنا السيد " بيترسون " كيف أنه أحبط مثل هذا النصر عندما اتصلت به ابنته " روبن " ذات السبع عشر عاماً فى العمل وكانت مكالمة مريبة لأنها نادراً ما تفعل هذا . ولأنها تعرف أنه سوف يكون مشغولاً ولن يستطيع التحدث معها لوقت طويل ، أسرعت تثرثر له وهى تمطره بوابل من التفاصيل المشوشة غير المترابطة عن رحلة تريد القيام بها من " سان فرانسيسكو " إلى " لوس أنجيلوس " الشهر القادم ، وفى غمرة محاولاتها للحصول على موافقته ، أخذت تُلح عليه بطريقة غير معتادة منها ، فانجلى الموقف عن خدعة تقوم بها لكى تتجنب ذكر التفاصيل البشعة الأخرى .

**بعودتى للمنزل وتناولى العشاء ، كنت قد نسيت تماماً تلك المحادثة ، ولم تذكرها " روبن " مرة أخرى ، كان من الواضح أنها أصبحت قضية ميتة حتى جاء الشهر التالى واستعدت للخروج ، استوقفتها عند الباب وهى تحمل حقيبة السفر وسألتها : " إلى أين**

**أنت ذاهبة ؟ " أجابت إلى لاس فيجاس ، أنت تعرف . أتتذكر الرحلة التى أخبرتك عنها ؟ " أجبت : " لا ، ليس تماماً ، هل تمانعين فى تفسير هذا ؟ " حسناً ، اتضح أنها تريد أن تذهب إلى لاس فيجاس بسيارة إحدى صديقاتها التى حصلت على رخصة القيادة حديثاً ، تقود السيارة ثمانمائة ميل إلى لاس فيجاس لمجرد حضور حفلة ، كانت خطتهم أن يرحلوا مساء يوم السبت ويعودوا صباح يوم الاثنين فى موعد المدرسة ، وعن عمد أسقطت هذه التفاصيل ( الثانوية ) ، " حسناً " روبين " ، لكنك لست ذاهبة " . كان هذا جوابى ، لست فى حاجة لأن أقول أن ما فعلته " روبين " هو اختبار لمدى ثبات القوانين لكنها أخفقت فى محاولتها .**

إليك قائمة ببعض الأفكار التى استخدمها الآباء الناجحون ليغلبوا العقل على العصيان :

- تجنب التأديب المفرط أو غير الضرورى،أخبرنا أحد الآباء عن ابن الجيران الذى يبلغ عشرة أعوام من عمره والذى مُنع من اللعب مع الطفل الذى يسكن بجواره طوال شهور الصيف كله لأنه أخطأ وقذف كرة البيسبول فأصابت زجاج نافذة غرفة الإفطار لدى الجار المجاور ( علماً بأن هذا الجار صاحب النافذة لم يثر للحادثة ) ، هذا النوع من نماذج العقاب المفرطة من الممكن أن تولد شعوراً بالعداء .
- لتكن أساليب العقاب التى تستخدمها مناسبة لحجم الخطأ ، بحيث تكون مبررة تماماً ، ويكون من الممكن تنفيذها . فعندما تقول : " أنت ممنوع من الخروج لمدة شهر " شهر بأكمله ! لاشك أن كلاً منكما ـ أنت ومقترف الذنب ـ سوف تصدقا أنه من

الممكن لمدة العقاب أن تطول هكذا . استطاعت السيدة " بينتلى " وهى مديرة ذات خبرة تعمل فى واحدة من الشركات الكبيرة ، أن تعرف كيف تقلص من إحساس ابنها الذى يبلغ عامين من عمره بالسعادة وهو ينثر قطع ساندويتش زبدة الفول السودانى على سجادة غرفة المعيشة ذات اللون الرمادى الفاتح ، فهى ببساطة قد توقفت عن التنظيف وراءه وتركته يقوم بأعمال التنظيف بنفسه . ولم يتوقف عقابها له بأن يقوم بالأشغال الشاقة وحده ولكنه أيضاً لم يحصل على ساندويتش آخر .

**اعتدت أن أنظف ما يخلفه " ألكس " من فوضى ، كنت أفعل ذلك بدون التفكير فيه ، ثم توقفت عن عمل هذا وجعلته هو يفعل ذلك . فقد قلت لنفسى يوماً ما : إنه يبلغ الآن عامين : لم يعد عمره ستة أشهر كما كان ؛ لذلك فقد توقفت وقد توقف هو أيضاً ، من الواضح أن ما كان يفعله لم يعد يمتعه لأنه لم يعد يثيرنى أنا أيضاً .**

- تأكد من أن إجراءات العقاب التى تتخذها لها بدايات ونهايات واضحة ، سواء كان العقاب بسيطاً مثل " انتهى وقت اللعب " أم " أنت ممنوع من الخروج " ( وكلاهما يتم استخدامه كثيراً من قبل الآباء والأمهات ) ، لابد وأن يتم تحديد مدة هذا العقاب بمنتهى الدقة . استخدمت واحدة من الأمهات إزالة العشب الضار من الحديقة كوسيلة " علاجية لتقويم السلوك " مع ابنتها التى تبلغ أربعة عشر عاماً .

**إزالة العشب الضار من الحديقة لمدة ساعة فى صباح كل يوم سبت أعطى لـ " جيسكا " شيئاً مفيداً تفعله بدلاً من أن تظل تتحدث فى التليفون متخطية الوقت المحدد لذلك كل يوم ولمدة أسبوع ، وهى تأمل أننى لن ألاحظ هذا . طالما أنها افترضت أننى أضع هذه القوانين لصالحى أنا وليس لصالحها هى ، فقد قررت أن أحاسبها على هذا ، الآن لدى حديقة جميلة كى تثبت لنفسها أنها كانت على حق .**

- تأكد أن ما تنتهجه من أساليب التأديب والعقاب يلقن درساً . وإليك مثال جيد على هذا وهو ما حدث لتلك الفتاة التى قضت ليلتها بدون عشاء لأنها نسيت إطعام القطة .
- تشبث بأسلحتك ! أضفِ مصداقية على ما تفرضه من إجراءات للعقاب والتأديب بأن تتابع تنفيذها كما سبق ووعدت ، وكما تقول واحدة من الأمهات إنك تريد أن تسمع أبناءك يقولون لبعضهم البعض : " من الأفضل لك أن تفعل هذا ، ماما تعنى ما تقول ! "

هذه الإجراءات وغيرها من تلك التى ناقشناها هى إجراءات مقنعة جداً لأن الآباء والأمهات الخبراء لم يعتادوا أن يغفروا أخطاء أبنائهم بسهولة ، أو أن يجددوا بسرعة امتيازاً ما كانوا قد منحوهم إياه . وقبل كل شيء إنهم لم يناقشوا أطفالهم أو يجادلوهم . قال أحد الآباء : " لا تسأل أطفالك الصغار إذا كانوا مستعدون لتناول العشاء أم لا ، أخبرهم بأن الوقت قد حان لتناول العشاء . " وهناك فرق شاسع بين الحالتين .

## العقود

وهكذا ، فقد قمت بالتخطيط والإعداد المسبق لإجراءات التربية والتأديب التى سوف تتبعها ، وتم مناقشتها فى الاجتماعات العائلية وتم كذلك وضع حدود عادلة ومنصفة نالت القبول من الجميع . وبالتالى فإن كل شيء يسير بسلاسة ويسر ، ولكن شيئاً ما يحدث : يكبر الأبناء ، وكما قد اكتشف من تحدثنا إليهم من الآباء والأمهات ، فإن الأبناء الصغار عندما يصبحون كباراً ، فإن طبيعة اللعبة تتغير تماماً . يبدأ الابن المراهق فى البحث عن استقلاله ويميل كثيراً لمناقشة أبويه فيما يصدرانه من أحكام ، وتصبح كثيراً من إجراءات التأديب ليست ذات سطوة كما كانت من قبل ؛ لذلك يصبح لزاماً عليك أن توظف وسائل جديدة أكثر تطوراً وتفاعلاً : وهى العقود المكتوبة فى ساحة القضاء . وأول شيء يسأله القاضى لاثنين من المتنازعين هو . " هل لديكم عقد مكتوب أو شفهى ؟ " الأطفال مثلهم مثل أى شخص آخر يميلون للالتزام بالبنود المكتوبة أكثر من العقود الشفهية لأنه لو كانت هذه العقود بسيطة وواضحة وخالية من الغموض يصبح من الصعب على المراهقين من الأبناء أن يتملصوا منها ـ وحتماً سيحاولون هذا .

وضوح العقود هو سر نجاحها وفاعليتها . لن تفيدك هذه العقود فى شيء إذا تركتها مهملة فى درج مهمل . عليك بلصق صور منها فى أماكن واضحة كى ترجع لها عند الضرورة . فعندما ينشأ خلاف يكون هناك عقد مُلزم فى حوزتك . مثلك فى ذلك مثل المحامى الماهر الذى يدخل إلى " ساحة المحكمة " وهو مستعد تماماً وفى يده العقد وقانون

العقوبات كل موقع بمداد لا يمُحى . ( قال أحد الآباء إنه جعل أبناءه يوقعون بمداد أحمر وأخبرهم أنهم قد وقعوا بالدم ! )

سوف تجد فيما يلى نموذجاً لعقد بسيط ومُحكم استخدمته مدام " شاندلر " مع ابنتها المراهقة التى كانت تجد صعوبة فى جعلها تعود للمنزل فى الوقت المتفق عليه . عندما خالفت " باتى شاندلر " بنود ذلك العقد المكتوبة بوضوح وفى تحد سافر عادت إلى المنزل فى الساعة الحادية عشر بدلاً من العاشرة ، قامت بنفسها وعلى الفور بتغيير موعد العودة للمنزل من العاشرة إلى التاسعة . وعندما أرادت أن تصدر تصرفاً أحمق وحاولت أن تجادل والدتها فى وقائع ما حدث - كان هناك صورة من العقد الذى وافقت على بنوده مثبتة بوضوح بداخل خزانة ملابسها - رفضت مدام " شاندلر " أن تناقشها فيه ، وقالت لها وهى تضحك : " اذهبى وانظرى داخل خزانة ملابسك . ليس هناك ما نناقشه " .

فى حين رأت أم أخرى أن هناك حقاً ما يمكن مناقشته ، ولكن ليس مع ابنتها - بل مع الشرطة . كانت مدام " كرفس " قد وضعت فى العقد الذى وقعته مع ابنتها بنداً يقول أنها سوف تتصل بالشرطة إذا هى تأخرت عن موعد العودة للمنزل أكثر من ثلاثين دقيقة ؛ لذلك عندما حاولت " لوس " أن تختبر السياسة المتفق عليها وتأخرت فى نزهتها ، وجدت مطبخ المنزل عندما عادت وقد تحول إلى مركز قيادة للبحث عن المفقودين يعج بنشاط صاخب .

**عندما تأخرت " لوسى " فى نزهتها ساعة كاملة بعد الموعد المحدد لعودتها للمنزل ، كنت أجلس على مائدة القيادة يحيط بى من كل جانب مفكرات وكتيبات التليفونات ، هذا هو الكتيب الأحمر**

الصغير الذى تحتفظ فيه " لوسى " بالعناوين ، وتلك المفكرة الصفراء المليئة بأرقام تليفونات مشطوبة وغيرها من التى تحمل كتابات غير مفهومة . دخلت " لوسى " إلى المطبخ فى اللحظة التى كنت أقول فيها " آه ، انتظر لحظة أيها الضابط ، أعتقد أنها التى تدخل الآن " .
كانت هذه هى المكالمة الأخيرة بعد أن كنت قد اتصلت بشرطة الطريق السريع ، وكثيراً من آباء وأمهات أصدقاءها وبمكانها المفضل لتناول البيتزا ، لم أقتصر على هذا ، بل طرأت لى فكرة جيدة . وقلت لها " المرة القادمة سوف أبدأ فى الاتصال بالشرطة بعد عشرين دقيقة فقط من الموعد المحدد للعودة ، كما أنك سوف تتصلين مرة أخرى بمن اتصلت بهم كى تعتذرين لما سببناه لهم من إزعاج ؛ لأننى لن أفعل هذا " ، لست فى حاجة لأن أذكر أن موعد العودة للمنزل لم يعد موضع نزاع بعد ذلك .

أخبرنا أحد التلاميذ الذين التقينا بهم والذى التحق بمدرسة " مونتيسورى " أن معلمه يؤمن أيضاً بالعقود ويجد أنها مفيدة جداً فى زرع ضبط النفس والاعتماد عليها فى سلوك التلاميذ .

كان معلمنا يطلب من كل واحد منا على حده أن يكتب عقداً لواجبات يوم الجمعة ، ويجعلنا نفعل ذلك يوم الاثنين ، ثم لا يطرق هذا الموضوع مرة أخرى ، كنا نكتب العقود ونوقعها ونسلمها له - وكان كل منا ينتهى من واجباته ويسلمها فى الوقت المحدد ، لقد نجح هذا الأسلوب معنا ! أعتقد لأن أى منا لم يرغب فى أن يخذل المعلم الذى وثق فينا وفى قدرتنا على الالتزام بالعقد حتى النهاية - ولم يكن يلح علينا فى هذا .

## عقد

أوافق أنا " باتي شاندلر " على جميع البنود والشروط الواردة بهذا العقد . كما إنني أوافق على الالتزام بكل هذه القواعد والقوانين وأقر بأنني قد ناقشتها مع والدتي ، وقد اتفقنا على أنها معقولة ومتفهمة وفي صالحي . كما أقر بأنني أفهمهما فهماً جيداً لا لبس فيه وأنه إذا حدث وخالفت أي بند من بنود هذه القواعد والقوانين ، سوف ينزل بي العقاب المنصوص عليه في قائمة الجزاءات ، والتي أرى أنها عادلة ومنصفة . لن أجادل أو أشكو بأي طريقة من الطرق إذا خالفت البنود التالية في هذا الاتفاق :

١. الموعد المحدد لعودتي للمنزل ليلة الجمعة والسبت هو تمام العاشرة مساءً .
٢. أعلم تماماً أنني إذا عُدت للمنزل بعد العاشرة وخمس دقائق فأنا بذلك أكون قد خالفت بنود العقد ، إلا إذا كنت قد اتصلت بوالدتي وأخبرتها عن سبب التأخير .
٣. لن أتصل بأمي كي أستأذنها في البقاء بالخارج بعد الموعد المحدد للعودة ما لم يكن هناك شيء طارئ يمنعني من العودة للمنزل في الموعد المحدد .
٤. أعلم أن العقاب الذي سوف أناله إذا عدت للبيت بعد الموعد المحدد هو حرماني من الخروج في عطلة نهاية الأسبوع لمدة أسبوعين متتاليين ، كما سوف يحدد موعد جديد للعودة للمنزل وهو التاسعة مساءً بدلاً من العاشرة ولمدة شهر .

التوقيع ــــــــــــــــ التاريخ ــــــــــــــــ

## صور العقاب

لاشك أن التساهل والتراخى يمكن أن ينتج عنهما أطفال يتسمون بالعند وعدم احترام الآخرين ، لكن الضرب والصفع والتوبيخ العلنى والصياح وكل أشكال السباب اللفظى الأخرى يمكنها أن تسبب جراحاً عميقة لا تُمحى أبداً . ينتج عنها إحساس بالاستياء والخزى والعار والغضب ، وكلها أساليب مرفوضة تماماً ، يخبرنا أحد الآباء كيف أن تصريحاً عابراً يمكنه أن يتسبب فى إيذاء الطفل خاصة عندما يهينه ويقلل من قدره :

**كانت " راشيل " فى السابعة من عمرها آنذاك ، كما كان واضحاً أنها قد تأثرت إلى حد بعيد بذلك التعليق الذى وجهته لها فى ثورة غضب . حين فعلت شيئاً أغضبنى جداً ثرت قائلا : " راشيل ، إنك تتصرفين أحياناً بدون عقل ! ليس لديك حتى العقل الذى منحه الله للأوزة ! " ترك هذا التعليق أثراً سيئاً جداً عليها . حتى أنها ـ ولمدة أسابيع بعد ذلك ـ كانت تحاول أن تثبت لنفسها غير ذلك فتفعل شيئاً ما ثم تقول لنفسها كشيء من التعويض : " انظر يا أبى ، أنا ذكية ، أنا لدى عقل كبير " .**

أخبرتنا أم أخرى ـ وكانت تعمل بائعة زهور ـ أنها عندما كانت تفقد السيطرة على أعصابها وتصبح قريبة جداً من إيذاء ابنها أو إهانته ، كانت تتهكم بأن تطلق عليه أحد أسماء النباتات . على الأقل لديها الشيء الذى به تخرج من هذا المأزق .

أما عندما ينقلب الوضع ويصبح الأبناء هم الذين يطلقون ألقاباً وكلمات دون المستوى ، يمكنك أن تجرب طريقة مدام " هاميلتون " لتقويم السلوك :

**أعرف أن المعلمين يعاقبون التلاميذ بكتابة الكلمات البذيئة مائه مرة ، لكني لا أعتقد أن هذا عقاب كافٍ . لقد جعلتُ " إريك " ابني يردد الكلمة البذيئة التي يصر على استخدامها خمسمائة مرة ، يعيدها ويكررها مرات ومرات حتى يمل سماعها . كما إنني لم أقف هكذا أستمع إليه وهو يرددها ، لقد أعطيته جهاز تسجيل وشريط فارغ وطلبت منه أن يملأ هذا الشريط بصوته وهو يكرر تلك الكلمة .**

لكن لم تلجأ مدام " هاميلتون " أو أى أب آخر ممن التقينا بهم إلى استخدام صور العقاب القاسية أو الإذلال أو الإهانة فى تقويم سلوك أبنائهم . لكنهم اعتمدوا على صور محددة للعقاب تكون مرتبطة ارتباطاً مباشر بالخطأ الذى يعاقبون من أجله ، وقد اكتشفوا أن اثنين من صور العقاب هذه بوجه خاص مقنعة جداً وهى : الحبس والامتناع عن التأييد الوجدانى .

يحتاج الأطفال ـ ربما أكثر من أى شيء آخر ـ إلى عطف ومساندة آبائهم وأمهاتهم خاصة عندما يكونون أصغر سناً . وعندما يسيئون السلوك لا يؤثر فيهم شيء أكثر من حجب تلك المساندة عنهم حتى يدركوا مدى خيبة الأمل التى سببوها لوالديهم . ليس هناك عيب فى هذا وليس فيه ما يخجل أو يربك ، إنه أسلوب فعال جداً ـ فقط عندما يُنفذ بدون ازدراء أو اشمئزاز . يقول أحد الآباء :

**كان الحبس وسيلة فعالة جداً مع " توم " . فعندما كان يخطئ كنا نرسله إلى غرفته لمدة نصف ساعة . أتذكر أنه كان يكره هذا أكثر من أى شيء آخر .**

ومع ذلك ، لا ينجح دائماً هذا الأسلوب ، وهو النفى إلى غرفة النوم . هذا ما تذكره هذه الأم بشأن أبنائها ، فلم يكن عقاباً كافياً بالنسبة لهم :

**كنا نعاقب الأبناء بإرسالهم إلى غُرفهم ، ولكن عندما توقفوا عن مجادلتنا فى هذا ، أدركنا " أنهم لا يمانعون من الذهاب إلى غرفهم فهناك الكثير الذى يستطيعون عمله : اللعب ، أو القراءة ، أو الاستماع إلى الموسيقى ، وكأننا نرسلهم إلى منتجع " . لذلك عندما كانوا يزعجون بقية أفراد الأسرة ـ عادة أثناء تناول العشاء ـ كنا نعاقبهم بالنفى إلى سيبيريا لمدة عشر دقائق ـ الحمام ـ بدون اصطحاب الوكمان ( جهاز التسجيل الصغير الذى توضع سماعته بالأذن ) .**

أخبرنا أحد الآباء أنه ، مثل كثير من الآباء والأمهات الذين قابلناهم ، وجد أن تقييد استعمال التليفون يعد وسيلة عقاب فعالة على نحو استثنائى لمن يسىء السلوك من الأبناء المراهقين لأن التليفون هو محور حياتهم وحلقة الوصل الحيوية التى تربطهم بالعالم الخارجى ، وعندما يعزلون داخل ذلك السجن الذى صنعوه بأنفسهم ، لا يجدون وسيلة للاتصال بمجموعة الأصدقاء ، كى يعلم الجميع أنهم مازالوا أحياء . والنتيجة ؟ يعتريهم القلق ـ وحتماً يبدأون فى التساؤل ما الذى تسبب فى تقييد استخدام التليفون من البداية .

**كان إزالة سلك التليفون بمثابة تعذيب لـ " نانسى " . عندما تجاوزت الحدود المتفق عليها ، توقفت حياتها الاجتماعية لمدة أسبوع ، لا تستقبل مكالمات ولا تُجرى مكالمات . كنا نرحب بالرد على مكالمات أصدقاءها وننقل رسائلهم لها . لقد كان هذا بمثابة تعذيب لها . لكن كان لابد منه حتى تكتمل الوصفة وتخرج الفطيرة فى أحسن صورة . كنا نخبر أصدقاءها : " نانسى " لا تستقبل مكالمات هذا الأسبوع ، لكننا سوف نبلغ الرسالة . كانت لا تطيق احتمال هذا .**

يشرح أب آخر مدى فاعلية الامتناع عن التأييد العاطفى فى أسرة يجمع الحب والتعاطف بين أفرادها ، فقد تلقى فى أحد الأيام مكالمة تليفونية من مدير أمن أحد المتاجر المحلية الذى ضبط ابنته ذات الاثنى عشر عاماً متلبسة هى وأصدقاءها بسرقة زجاجات طلاء أظافر .

**ذهبنا وأخذنا " إريكا " وعدنا بها إلى المنزل دون التلفظ بكلمة واحدة . لم يكن هناك ما يقال ، وأدركتْ فداحة المصيبة وحجم العار الذى أصابنا بسببها ، وعندما قاطعناها عاطفياً كان هذا أكثر تدميراً لها من حادثة الضبط نفسها . ولأنه كان بيننا علاقة تواصل حرة ومتاحة دائماً ، بحيث تستطيع أن تأتى إلينا فى أى وقت تريد ، فقد صدمها تماماً أن ينقلب الوضع إلى نقيضه هكذا .**

كما رأينا فى بداية هذا الفصل كيف واجه " بيلى " عقوبة الإحراج عندما رفض أن يرتدى ملابسه للذهاب لروضه الأطفال ، والقصة التالية تبين لنا النتيجة الطبيعية لمخالفة قانون من قوانين الطبيعة ، أو المجتمع ، أو المدرسة كما فى هذه الحالة . يعرف الآباء والأمهات

الناجحين كما يعرف السيد " ديفيز " ألا يتدخل فى هذا النوع من الممارسات الطبيعية ، فلهذه الممارسات طريقتها فى تلقين دروس قيمة ؛ هذا إذا لم يتدخل الآباء والأمهات .

يتذكر السيد " ديفيز " تلك المرة التى تلقى فيها مكالمة تليفونية من مدير مدرسة ابنه " جون " الذى لم يكن قد ارتكب أى مخالفات فى المدرسة من قبل ، كان " جون " قد أرسل إلى مكتب المدير لأنه ارتكب واحدة من المخالفات البسيطة ، أقبل " جون " عندما كان والده يروى لنا القصة واسترسل يشرح لنا ما حدث :

عندما أنهى السيد " مانسينى " مدير المدرسة مكالمته مع أبى ، ألتفت إلى وقال : " لو كان كل الآباء والأمهات بهذه الطريقة ، كان عدد المشاكل التى أواجهها هنا قد انخفض كثيراً " . سألته " ماذا تقصد ؟ " أجابنى السيد " مانسينى " : " لقد قال والدك أنه يمكننى أن أتخذ الأسلوب الذى أجده مناسباً وأن أفرض العقوبة التى أراها ضرورية ، هذا هو طراز الآباء الذى أحبه ! كثير من الآباء والأمهات يرفضوا التسليم بأن أبناءهم قد فعلوا أى خطأ ويحاولون حمايتهم " . ثم ناولنى واحدة من العصى المعروفة باسم عصا فيكتور ( كان اسمه فيكتور مانسينى ) وهى عصا فى نهايتها مسمار من يمسكها يُعرف بأنه ينفذ عقوبة وأعطانى أيضاً صندوقاً وجعلنى أجمع الأوراق أثناء ساعة الغداء . وبالطبع جعلنى أفعل هذا فى منطقة مكشوفة حيث يجلس الجميع فيها لتناول الطعام ، وفيها تشعر أنك مجرم ينفذ عقوبة ، وكل أصدقائك يرونك هكذا . والأسوأ أن المعلمين والمدربين يرونك فى هذه الحالة أيضاً ، أنه وضع محرج تماماً .

عندما يرتكب الابن المراهق خطأً جسيماً فى الحكم على الأمور أو فى قرار يتخذه ، فإن أفضل شيء يمكن أن يفعله الأب أو الأم هنا ليس التهديد بالعقاب ، ولكن على الأب أن يشرح لابنه أن الحكم أو القرار الخاطئ سوف يكون له ثمن باهظ ـ أو ما نسميه بالنتيجة الطبيعية ـ ولن يستطيع الحد من أضراره . فسوف يأتى الوقت الذى لن يستطيع فيه الآباء أو الأمهات تحمل نتيجة أفعال أبنائهم حتى إذا أرادوا هم ذلك ، هناك عالم حقيقى ينتظرهم ، وينتظرهم احتمال أن هؤلاء الشباب الواعدين سوف يتحولوا من أبناء يتلقون توجيهات أبوية إلى أبناء يقومون بتوجيه أنفسهم ذاتياً .

كى تساعد ابنك على تحقيق هذا التحول إلى السلوك المسئول. اشرح له النتائج الطبيعية للأفعال الطائشة . يتذكر السيد " ديلينى " هذه الحادثة لابنه " كريس " الذى كان لاعب كرة قدم ماهر تتطلع أفضل الكليات إلى ضمه إليها . وكى يتم قبوله فى إحدى هذه الكليات ـ كان عليه أن يحقق نتيجة جيدة فى الفصل الأخير من عامه الدراسى الأخير فى المدرسة الثانوية ، وعندما اقترب موعد امتحانات نصف الفصل الدراسى ، وكان " كريس " يعانى ضغوطاً كثيرة استعداداً لها ، وإذا به يقدم على عمل شيء غريب تماماً .

**فبدلاً من أن يستذكر دروسه ، خرج " كريس " مع أصدقائه ليتنزهون فى ليلة أحد أيام منتصف الأسبوع . صحيح أنه حتى أكثر التلاميذ تزمتاً يخرجون للتنزه ، ولكن هذا فى ليلة يوم الجمعة وليس فى منتصف الأسبوع . لكن " كريس " يتهرب من مسئولياته هكذا ـ ومن فرصته الأخيرة فى تحديد مستقبله الجامعى والرياضى ـ شيء غير طبيعى ، عندما عاد للبيت فى الساعة الحادية عشر**

**والنصف مساء الأحد هذا ، استقبلته عند مدخل الباب . ماذا تفعل في موقف كهذا ، تأخذ لاعب الكرة الماهر هذا الذى يزيد ٢٢٥ رطلاً وتجلسه على ركبتيك ؟ جلست معه وقلت : " ماذا دهاك ؟ " بينك وبين الالتحاق بواحدة من الكليات الجيدة عدد قليل من الامتحانات ، عليك أن تحصل على درجات جيدة فيها ، وإلا فسوف يفوت الأوان ، كل هذا وتخرج للتنزه ؟ يعلم الله ، أننا جميعاً خرجنا للتنزه واللهو وفعلنا كل شيء قبل سن واحد وعشرين عاماً ولكن ليس قبل امتحانات منتصف الفصل بوقت قصير .**

قال السيد " ديليني " أنهم ركزوا فى الحديث الذى دار بينهم تلك الليلة على الأولويات وعلى حقيقة أن " كريس " وحده هو الذى يستطيع أن ينجو بنفسه من هذه النار ، وقال لابنه أنه مستقبله هو ودراسته هو . " إنك أنت المسئول الوحيد ، فإما أن تنجح وتوفق وإما تهدر فرصتك الأخيرة فى وضع قدمك على الطريق الصحيح ، أتمنى أن تتخذ القرار السليم " .

يوضح هذا المثال مسألة مهمة وهى أن الثقة بالأطفال " المستحقين لهذه الثقة " ينتج عنها سلوك جدير بالثقة بدلاً من الخداع الذى يتولد عن الشك . عندما يضل الأبناء الطريق فى بعض الأحيان مثلما حدث " لكريس " ، يجدوا آباءً وأمهات محبين كى يوضحوا لهم عاقبة السير فى الطريق الخطأ ويرشدونهم للعودة للطريق القويم ، وهذا هو جوهر دور الآباء والأمهات .

## الصفع

على الرغم من أن الاستفتاء الذى أُجرى عام ١٩٨٨ قد أوضح أن ٨٦ ٪ من الأفراد الناضجين يرون أن الصفع أو العقاب البدنى شيء مقبول ، إلا أن الآباء والأمهات الذين التقينا بهم بوجه عام لديهم أسباب عديدة تجعلهم يتجنبون الصفع : " إنه يُخجل الأبناء " ، " إنه شيء مذل " ، " لقد توقفنا عن جلد المذنبين بالسجون ، أليس كذلك ؟ " ، " الضرب يولد الاستياء والغضب " ، " العنف يولد العنف " ، " أنا لا أريد أن أؤذى أبنائى " ، " الصفع لا ينجح " . ولكن ومع نهاية لقاءاتنا وجدنا أن نسبة كبيرة من الآباء والأمهات ـ حوالى ٧٥ ٪ ـ يعتقدون أن هناك حالة واحدة فقط يصبح الصفع فيها أسلوباً مناسباً بل مطلوباً : وهى عندما يكون الأبناء فى خطر .

وقد وجد هؤلاء الآباء والأمهات جميعهم عملياً ، أنه عندما لا ينجح شيء آخر فى تقويم السلوك الخاطىء ويكون الأبناء فى حاجة عاجلة لتَعلم شيء لا يتأتى بالأساليب المعنوية يصبح اللجوء إلى صدمة من العقاب البدنى هو الشيء الوحيد الذى ينجح ، يعبر أحد الآباء عن هذا بمنتهى البساطة وهو بذلك يعبر عن إحساس الغالبية العظمى من الآباء والأمهات الذين التقينا بهم :

**إننا نسكن بالقرب من شارع ضيق متعرج حيث يصبح من المستحيل على سائق السيارة أن يرى الأطفال وهو يعبر الشارع المنعطف . ما النتيجة المترتبة على اندفاع طفلة عمرها ثلاث سنوات إلى الشارع ؟ النتيجة أنها قد تموت ، ولكن بعد أن أخبرتها مرات عديدة ألا تفعل هذا ومازالت لا تتوقف عن فعله ، نعم ، كان جزاؤها**

**صفعة ! أحيانا تكون صفعة مؤثرة هى الشيء الوحيد الذى تفهمه طفلة عمرها ثلاث سنوات . لأن ما البديل لذلك ؟ طفل ميت .**

ما حال تلك الفتاة التى لم يتردد أبوها عن صفعها حين اقتضت الضرورة ذلك ؟ عند لقائنا معهم كانت قد أنهت عامها الجامعى الثانى فى جامعة برينستون التى احتلت فيها المركز الأول بفريق الفتيات الرياضى . وكان أبوها الفخور بها يخطط للذهاب إلى " نيوجيرسى " الشهر المقبل لكى يحضر مشاركتها فى البطولة المحلية التى ستقام هناك ، وقد عرفنا فيما بعد أن فريقها قد فاز . إذا كان لديك فكرة ولو بسيطة عن عالم الرياضة ، فأنت تعرف أن الفرق الرئيسى بين الفائز والخاسر ـ إذا هما تساويا فى كل شيء آخر ـ فى التربية .

تروى لنا أم أخرى حادثة صفع أخرى ، وهى قصة مضحكة عن ابنها المغامر الصغير الذى يبلغ من العمر أربعة أعوام ، وقد دلف إلى منزل الجيران المجاور فى صباح أحد الأيام ليقذف بكرتون بيض كان قد وصل تواً من محل البقالة من شرفة منزلهم ، لأنه ـ وكما عبر عن ذلك ـ " يحب أن يراهم وهم متضايقين إلى أقصى حد " . لم تكن الصفعة الخفيفة التى تلقاها مؤلمة بقدر تألمه من ذهابه إلى البقالة ليشترى كرتون بيض آخر دفع ثمنها من مدخراته ، كى يعطيها للجيران بدلاً من تلك التى قذف بها من الشرفة .

وعن الصفع أيضاً تقول أم أخرى :

**كان طفلى الصغير " ريكى " يُمنع مرات ومرات من اللعب بالكبريت ، ولكنه مازال يحب أن يشعل شعر الصغيرة " سوزى " ويترك الكبريت المشتعل يحرق عدة سنتمترات من شعرها الذهبى . نعم ، الصفع هنا واجب ، وفى الحال : ماذا تقترح على أى شخص أن يفعل مع مثل هذا الشرس الصغير ؟ تجلسه بجوارك وتشترك معه فى محادثة عقلية عن هوس الإحراق ؟ وتسأله أن يتوقف عن هذا إن لم يكن فى ذلك إزعاج له ، وتطلب منه أن يتكرم ويقلع عن وضع الكبريت المشتعل كى تجلس عليه بنات الجيران ـ هل تعتقد أنه سوف يتكرم ويفعل ؟ جَرِّب صفعة سريعة ، وانظر ماذا يحدث : سوف تندهش للتأثير الذى سوف تحدثه عندما تكون مناسبة وفى الموقف والتوقيت المناسب !**

يتفق معظم الآباء والأمهات على أن الصفعة التى تثير الانتباه وليس الألم فى أوقات كهذه يكون لها تأثير فعال أكثر من أى شيء آخر . فالطفل يفهم أنه قد غُفر له ، وأن والديه مازالا يحبانه ومازال يحبهما أيضاً ، وأن حياته تسير فى طريقها المعهود . إنه إجراء سريع وعادل وفعال جداً ، حتى الأمهات يعرفن تماماً من خلال غريزتهن أن صفعة سريعة غير مؤذية من الكف كفيلة بأن توقف على الفور التصرفات الغريبة من الابن العابث ، فهى قد تتغاضى عن سكوك شاذ لابنتها المثالية ولكن إذا اقتربت ابنتها من خطر ما ، فإنها تحول دون ذلك بصفعة مدوية لتلقن الابنة درساً لا تنساه .

قصة أخيرة من قصص الصفع تبين لنا كيف يمكن لصفعة بسيطة أن تكون مؤثرة لهذا الحد وكيف عَلَّم السيد " جونسون " ابنه " رون " درساً سريعاً فى كيفية العثور على حلول أفضل لمشاكله :

عندما كان " رون " فى السادسة من عمره وبعد بداية العام الدراسى مباشرة ، عاد إلى المنزل يوماً وهو مغطى تماماً بالطين من قمة رأسه وحتى أخمص قدميه ، وقد أتلف ملابس المدرسة الجديدة . عندما سألته ماذا حدث ، قال أنه كان يطارد ضفدع فى القناة المائية الموجودة فى طريق المدرسة ، طلبت منه ألا يفعل هذا وهو فى ملابس المدرسة . ولكن فى اليوم التالى ، تكرر الشيء نفسه : عاد مغطى بالطين ، وبدون الضفدع . حذرته مرة أخرى ولكن فى اليوم التالى ، تكرر الشيء نفسه ، الطين يغطيه تماماً ؛ لذلك فقد صفعته حتى أضع نهاية لذلك ، لن تصدق ! فى اليوم التالى عاد إلى المنزل نظيفاً ، وكان الضفدع فى صحبته ! مر أسبوع كامل قبل أن ينجلى الأمر وأفهم ما حدث ، عندما توقفت بمتجر السيد " ماكنلتى " لبيع الحيوانات الأليفة وسألنى " ماذا فعل ابنك " رون " بذلك الضفدع الذى اشتراه منى ياسيد " جونسون " ؟ " وهنا فهمت ما حدث وقلت لنفسى " حسناً ، إنه يحسن التصرف ، كما أن زوجتى سعيدة جداً أيضاً " .

## سلوك جذب الانتباه

يعتقد من قابلناهم من الآباء والأمهات أن أحد مقومات الأبوة الناجحة هى قدرتهم على النظر إلى ما وراء سلوك معين ومحاولة فهم ما المقصود به ، بدلاً من معالجة المشكلة وحسب ، يحاولون تحديد الأسباب المختفية والتى كانت وراء حدوثها ؛ لقد كان السلوك السلبى لجذب الانتباه هو أحد هذه الأساليب التى تعاملوا معها كثيراً ، لذلك نقدم اثنين من الصور الموجزة عن الطريقة التى عالجت بها واحدة من الأمهات هذا السلوك .

فى كلتا الحالتين تثبت لنا الأم الحقيقة التالية : **إن تحديد مسببات المشاكل السلوكية هو الذى يغير السلوك وليس معالجة أعراض المشاكل وحسب .**

يسيىء الأطفال السلوك عادة عندما يشعرون بالإحباط أو العجز ، قد يشعرون أحياناً بالتعاسة بسبب أدائهم بالمدرسة ، أو لأنهم غاضبون ويشعرون بعدم الأمان بسبب المولود الجديد الذى ظهر بالأسرة فجأة ليسرق الانتباه الذى اعتاد أن يحصل عليه . ولكى يعوضوا هذا فإنهم يتصرفون بطريقة تعيد تركيز انتباه أبويهم عليهم ، كما كان دائماً . أو يعربون عن شعورهم بصراحة مؤلمة كما يبين لنا المثال التالى :

تخبرنا مدام " كورتنى " كيف عبر ابنها " واين " عن شعوره حيال أخيه الذى يبلغ من العمر ثمانية أشهر بعبارة صاعقة ، فقد قال يوما ما وهم بالسيارة : " أنا أكره بريان " ، ولكى تسوء الأمور أكثر تبعه ابنها الآخر بقوله : " نعم ، وأنا أتمنى أن يموت ! " من أين أتى هذا الشعور الذى لم تعرف أبداً أن أطفالها يضمرونه .

ماذا فعلت مدام " كورتنى " عندما سمعت هذا ؟ حسنا ، الذى لم تفعله هو الصراخ والتأنيب وإظهار الحنق وطلب الاعتذار من الطفلين ، ولم تصح قائلة : " كيف تقولون شيئاً كهذا ! " لكنها بدلاً من ذلك استقبلت شعور أطفالها كملحوظة سجلتها بداخلها ولم تجيبهم بأى شيء ، لم تخلق أزمة من شيء طبيعى مثل غيرة الأخوة . وفوق ذلك ، كان هذان الطفلان بالفعل يتلقيان كل الاهتمام والتركيز حتى ظهر هذا المولود الصغير المتهم باحتكار عناية والديه وهو " بريان " . أى الأبناء يحب أن يفقد جزءاً من اهتمام أبويه به ومن منهم لا يلوم وبقوة هذا الشخص المتسبب فى فقدانه اهتمامهم ؟

كانت مدام " كورتنى " واعية بدرجة كافية كى تدرك أنه لكى يشعر أطفالها بالأمان فإنهم فى حاجة لمزيد من الاهتمام ومزيد من التفاعل مع شئون المولود الجديد . كان توزيعها لاهتمامها بالأبناء غير موفق ، حتى جاءت هذه الحادثة التى فتحت عينيها على حقيقة الوضع والتى بدونها ما كانت عرفت عنه شيء .

فى مناسبة أخرى ، قامت مدام " كورتنى " بتقويم سلوك " ريجى " بالمنطق . فقد أضمر " ريجى " مرة أخرى شعوره الصامت بالاستياء من فقدانه اهتمام أمه ، الذى اعتاد عليه من قبل ، لكنه كان يطلب هذا بسلوك غير مقبول لجذب الانتباه . الذى حدث أنها عندما كانت تغير لـ " بريان " ، نادت على " ريجى " كى يدخل لتناول الغداء . بعد عدة دقائق ، نادت مرة أخرى لكنه مازال لا يجيب . أخيراً خرجت لترى ما يمنعه من الرد عليها وهى تستشيط غضباً ، فرأت ما أذهلها ، رأته يقف فى منتصف الفناء وهو يمزق بعنف صفحات كتاب يمسك به . شعرت بغضبها يتضخم فجأة ، ولكن وعندما خطت أول خطوة فى اتجاه الطفل الثائر ، توقفت .

**لقد رأيت فجأة ومن خلال الضباب الذى يخيم على عقلى . وكأن مصباحاً قد أُضيء بداخله فى الوقت الذى كنت سأتصرف فيه بأسلوب خاطئ . رأيت أنه بالفعل متكدر ، لم يكن يمزق الكتاب ليجعل من نفسه شخصاً حاقداً وحسب ، أو لكى يسلى نفسه ، وكان أول رد فعل لى هو أن أصفعه ، لكننى أدركت أن هناك شيئاً ما بشع يحدث . فاحتضنته وقلت له " : " ريجى " ، أنت غاضب . قُل هذا ! قُل أنك غاضب ! " لكنه لم يستطع ، وإنما كل ما استطاع قوله هو : " لا أستطيع " فقلت له : " لابد أن تستطيع ! أخبرنى أنك غاضب . لا عيب فى أن تكون غاضباً " . وهنا أنطلق يقولها : " أنا غاضب ! أنا**

غاضب ! أنا غاضب ! " وبينما هو ينفس عما بداخله ، صاح قائلاً إنه مازال غاضباً بسبب " بريان " . شرحت له أنه لابد وأن يعتاد على وجود العضو الجديد بالأسرة ، أخبرته أن " بريان " لن يرحل وسيظل معنا وإننى لا أحبه أكثر منه ، وأن لديه عدد محدود من الكتب ، وقد ضحك لهذا وبسرعة تحسنت حالته وعدنا للمنزل يداً فى يد .

## الإفراط فى الحماية

مع نهاية اللقاءات التى أجريناها ، كان هناك شبه إجماع آراء بخصوص التأديب . وقد لخصت واحدة من الأمهات هذا بالطريقة الآتية :

بمجرد أن توفى بالالتزامات وتضع النظم والقوانين وتبين الحدود ، فإن الشيء الوحيد الذى تبقى لك لتفعله هو أن تفسح الطريق . لا يريد الأبناء أن يظلوا تحت أجنحة أبويهم كل دقيقة من اليوم ، امنحهم أوسع مدى ممكن واتركهم يحلون مشاكلهم بأنفسهم ، إن أكثر ما يسبب الاختناق للأبناء أب ـ أو أم ـ يخرج إلى الشارع كل عشر دقائق ليتفقد ابنه ، هل سقط ـ أو حتى تسلق ـ من فوق شجرة البلوط بحديقة الجيران . تذكر عندما كنت طفلاً صغيراً ، إن الأطفال مهيأون لتسلق الأشجار ، إنهم يحبون هذا ويريدونه ، نعم يسقطون أحياناً ، لكن هذه هى طبيعة الأشياء . لا تقيد أطفالك ـ الذين تريدهم أن ينشأوا سعداء ـ بمخاوفك الخاصة من الأشجار والعنكبوت والسحلية والوحل والجراثيم ، وكل هذه الأشياء التى تجعل الطفولة سنوات عمر جميلة يعيشها الأبناء . فهؤلاء هم الأطفال الذين تأمل يوما ما أن تراهم شباباً سعداء أصحاء .

" وتجنب تكوين الآراء المقلوبة عن الأبناء " ، هكذا تقول واحدة من الأمهات . وقد أخبرتنا كيف أن عائلتها كانت تنتظر ليلة الجمعة بفارغ الصبر حين يرتدى ابنها ذو العشرة أعوام مريلة المطبخ ويصنع بيتزا رائعة من صنع يديه . فى حين كانت الابنة ذات الأربعة عشر عاماً أكبر وأحسن من إخوانها الذكور الأكبر منها فى ملعب كرة السلة ـ بل أفضل من طلبة المدرسة الكبار ذوى القامة القصيرة ، وكانت العائلة كلها تذهب للمباريات لتشجيعها .

تقول مدام " سبيتزر " :

**إن تقييد الأبناء يعوقهم عن النمو ـ عاطفيا وروحيا ، إن الأبوة أحيانا تتطلب الابتعاد عن الطريق فى الوقت المناسب وترك الأبناء يتنفسون دون قلق عما إذا كان الهواء ملوثاً أم لا .**

الحماية المفرطة والملازمة الدائمة للأبناء لا تفعل أى شيء إيجابى لهم وكما تعتقد مدام " روبنز " أنها لم تقلل من خوف زوجها " من أن يحدث أى شيء لابنهم " إلا بشكل مؤقت ، وفى نهاية لقائنا معها أخذتنا مدام " روبنز " إلى الشرفة الخلفية المشمسة ، فى أحد جوانب الفناء كان هناك أريكة خشبية تمتد بطول الفناء كله .

**هل ترون هذه الأريكة ؟ اعتاد " ستيفن " أن يقفز عليها عندما كان عمره ثلاث سنوات . لكن هذا عندما لا يكون أبوه موجوداً . كان يجرى عبر الفناء ، يتسلق هذا الجدار المبنى من الطوب ، ثم يأتى مسرعاً ليقفز من فوق هذه الأريكة ، لم أكن أمنعه من هذا ، لكن أباه**

**كان يحذره . ولم أر في ذلك خطراً ، وكنت أعلم أنه في حاجة لأن يفعل أشياءً كهذه . الآن وهو في الخامسة عشر ، يريد أن يقفز من فوق كوبرى ارتفاعه ثلاثون قدماً لكي يقفز في النهر . وحتى بعد أن قال والد صديقه أنه شيء آمن لا خطر فيه ، إلا أن " ستيفن " هو الوحيد الذى لم يخف من القيام به .**

أبناؤنا أقوى بكثير مما هو معروف عنهم . إذا تشاجر شقيقان مثلاً ، يكون من الأفضل أحياناً أن نتركهم يصفون خلافاتهم بأنفسهم ( بشرط ألا يكون هناك تشابك بالأيدى ) وإذا لم يستطيعوا ذلك ، يمكنك ببساطة أن تطبق طريقة مدام " جارسيا " المجربة :

**عندما كانت البنتان تتشاجران ولا تستطيعان حل مشاكلهما بأنفسهم ، كنت أطلب منهم أن يقوموا بتنظيف نافذة زجاجية ملساء ، بحيث تقف كل منهم على أحد جانبى النافذة . وبينما تقومان بعملية التنظيف كانتا تنظران إلى بعضهما البعض مباشرة ! وفي الحال تنفجران في الضحك والقهقهة وهما يتبادلان النظرات عبر زجاج النافذة وتنسيان ما كانتا تتشاجران من أجله .**

تروى لنا أم أخرى قصة تبين كيف استطاعت واحدة من الأمهات وبطريقة فعالة أن تتجنب مشاكل الملازمة الدائمة :

**كنت أغادر متجراً لبيع المستلزمات الرياضية مع زوجين أعرفهما . كان ابنهما " ديفيد " الذى يبلغ عشر شهور والذى تعلم السير حديثاً يسير على بعد عشرة أقدام من الرصيف ، وفجأة زلت قدمه وسقط على وجهه ويديه . كان سلوك أم " ديفيد " حيال هذا**

**الموقف جديراً بالملاحظة ، كانت تدرك تماماً المغزى الحقيقى للأبـوة . فهى لم تجر بشكل هستيرى لتجذب ابنها بـعـيدا عن الرصيف وتثير ضجة حول ما حدث . على عكس ذلـك ، اتجهـت إليـه فـى هـدوء ، ركعت على الأرض ، ووضعت رأسها علـى الإسفلت بـالقرب منـه ، ابتسمت ابتسامة ودودة وقالت بلهجة آمنه مطمئنة ، " أنت بخير يا ديفيد . " ثم تركته ينهض بنفسه ، وقد لاحظت أنه لم يـؤذ نفسـه ، ثم استدارت وعادت لزوجها . ونهض الصغير " ديفيد " يمشـى بـدون شكوى أو أنين ، لقد كان هذا مشهداً جميلا .**

إنه لتصرف بارع وممتاز من أم ذكية وواعية .

فى النهاية ، تذكر أن الغرض من التأديـب هـو أن تجعـل الأبنـاء يفكرون فى سلوكهم الخاطئ ، وليس سـلوكك أنـت ! إذا كنـت دائـم القلق ومستعداً للانفجار مثل البركان فى أى لحظة فلن تكون محاولات التأديب التى تقوم بها أكثر من مجرد طريقة تتخلص بها من توترك . اتبع الأمثلة التى أوردناها عن الآباء والأمهـات الخـبراء والـذين ـ كما رأينا ـ يؤدبون أبنـاءهم بأسـلوب هـادئ محـب بعيـداً عـن الغضـب . وعندما تفعـل هـذا تكـون رسـالتك لابنـك هـى : " أنـت لسـت طفـلاً سيئاً ، بل أفعالك هى السيئة لا أنت " .

لكى تتأكد من أنك على الطريق الصحيح للتربية والتأديب ، اسأل نفسك هذه الأسئلة : هل أنت متفتح ولديك قدرة كافية على الاحتمال مع أطفال يريدون أن يكونوا جزءاً من إجـراءات صـناعة القـرار ؟ هـل أنت متأكد أنك لست مبالغ فى قدرتك على الاحتمـال ؟ هـل وضـعت قواعد واضحة ومحددة وقمت بشرحها فى الاجتماعات العائلية بحيث يعرف كل فرد موقعه بالضبط ؟ هل حصلت على موافقة أبنائك بـأنهم

سوف يحترمون هذه القواعد ؟ هل أنت مستعد للمتابعة بعقوبات عاجلة وجبرية لعدم الالتزام بهذه القواعد ؟

إذا كانت إجاباتك على أكثر هذه الأسئلة بـ " نعم " فسوف يفهم أبناؤك على المدى الطويل أنك تؤدبهم لأنك تحبهم ، وسيفهمون بديهياً أنك إن لم تكن تؤمن بأنهم يستحقون هذه التضحية التى تستغرق سنوات عديدة ، أو أنهم ليسوا الأشخاص الرائعين الذين تتعامل معهم ما كنت بذلت مثل هذا المجهود الكبير ، يعرف أبناؤك أنك تؤمن بإمكانياتهم لدرجة تجعلك مستعداً لمساعدتهم على إدراكها . عندما ترشد أبناءك وتعلمهم بأسلوب محترم وذكى وودود فأنت بذلك تساعد على إثراء إحساسهم بالاستقلال واحترام الذات .

## الفصل الرابع

# غرس احترام الذات وتقديرها

عندما وصلنا إلى سان فرانسيسكو لكى نجرى عدة لقاءات مع بعض الآباء والأمهات هناك ليتضمنها هذا الكتاب ، أقمنا لدى أستاذ جامعى من جامعة فرانسيسكو المحلية والذى يسكن فى مقاطعة " هايت أشبرى " النابضة بالحياة ، والتى كانت مشهورة يوماً ما " بالأطفال باعة الزهور " ، " والحب الطليق " وفيما بعد اشتهرت بالجريمة والمخدرات والانحلال . وفى أحد الأيام عندما كنا نجوب شوارع هذه المنطقة العائدة للحياة إلى حد ما ، حين صادفنا صبياً صغير السن يستجدى المارة بشكل عشوائى . كان عندما يقترب من بعض الناس يظهر شيئاً من الحماس ويطلب منهم بلهجة خالية من التعبير " بعض النقود " ، ثم يبدو وكأنه قد فقد تركيزه ويقف هكذا يحملق فى لا شيء . كان يبدو وعليه الإحساس بالانزواء والقوى الخائرة ، ولم يبد اهتماماً خاصاً بجمع النقود .

راقبناه من بعد حتى دخل إلى محل للفطائر ( دونتس ) . ثم قررنا أن نتبعه . وعندما كان يقف أمام نافذة العرض وظهره لنا ، لا يستطيع أن يحدد ماذا يريد ، سألنا من الخلف ، " هل تريد فطائر ؟ " عندما التفت إلينا ، فوجئنا أنه ليس صبياً ، بل هى فتاة صغيرة شقراء فاتنة الجمال ، وقد حولت قاذورات وسخام الشوارع بشرتها البيضاء إلى بشرة سوداء . وكان شعرها الأملس معقوصاً دون تنظيم فى عمامة سوداء متشعثة لها مطاط أخضر مذموم فى مقدمة الرأس ، كانت تقف حافية القدمين وهى ترتدى رداءاً ممزقاً رمادى اللون على سروال من سراويل الجيش ذى الخدمة الشاقة .

وبدون تردد أجابت ، " آه . هل أستطيع أن أحصل على فطيرتين ؟ " وكأنها تجيب سؤالاً لأمها ، تلك التى لا وجود لها - كما هو ملاحظ .

" بالتأكيد . ما رأيك فى علبة لبن ؟ " سألناها ونحن نشعر فعلاً بشعور أبوى . أجابت : " آه ، حسناً "

شرحنا لها أننا بصدد إعداد كتاب عن الأبناء وسألناها إذا كان من الممكن أن نضمها إلى هذا الكتاب . أجابت فى رد مبهم : " أكيد ، أعتقد هذا " ، وأخذت فطائرها وعلبة اللبن واتجهت إلى أقرب مائدة . لكنها لم تجلس ، وقفت تنظر إلينا ، تنتظر التوجيه .

قُلنا : " حسنا ، هنا مناسب " .

جلست وبدأت تلتقط أجزاء من وجه الفطيرة ، ثم بدأت تتجه لداخلها فى بطء تاركة قشرة خارجية على شكل دائرة أكلتها فى النهاية . كان الشيء الملاحظ فى مظهرها بالإضافة إلى السلسلة الملفوفة حول رقبتها والتى كانت فى الأصل قيد من قيود الكلاب ، والأقراط التى تعلقها فى أذنها وفى حاجبها وفى شفتيها ( الكل فى الجهة

اليمنى من وجهها ، (لسبب ما ) هذه هى الآثار السوداء والقاذورات الموجودة تحت أظافر يديها التى تبدو كأيدى عامل ميكانيكى ولكن بدا أنها لا تلاحظها وهى تلتقط بها أجزاء الفطيرة لتأكلها .

ولأنه لم يكن لدينا الوقت الكافى لإجراء لقاء معها فى نفس اليوم فقد تحدثنا معها لبضع دقائق وأرجأنا اللقاء لصباح اليوم التالى . ولكن فى الحادية عشر صباح اليوم التالى لم يكن هناك أحد فى انتظارنا وتقلص اللقاء مع ابنة الشارع إلى نظرة سريعة خاطفة على حياة هذه الطفلة الضائعة البائسة . نعرضها فى السطور التالية . ولكن وعلى الرغم من أن لقاءنا معها لم يستمر إلا وقتاً قصيراً ، إلا أنه قد حمل رسالة واضحة وصارخة ، انظر إذا كنت تستطيع أن تكتشف هذه الرسالة وأنت تقرأ هذه المحادثة القصيرة التى جرت بيننا .

" ما اسمك ؟ "

" ويدجيت " .

" " ويدجيت ! " على غرار " بريدجيت " ولكن تبدأ بالواو ؟ "

" نعم " .

" يبدو كأنه اسم تدليل . ما هو اسمك الحقيقى ؟ " قالت بحدة

" لست مضطرة لأن أخبركم " .

أجبناها موافقين : " نعم لست مضطرة لأن تخبرينا ، نحن لا نحاول أن نكون فضوليين " .

ثم جازفنا بسؤال خطير آخر : " كم عمرك ؟ " قالت وفمها ممتلئ بالطعام " خمسة عشر عاماً ، سوف أكمل ستة عشر فى خلال شهر " .

سألناها وهى تأكل : " ألا تخافين أن يتعلق هذا الخاتم بشىء ويتسبب فى شق شفتيك ؟ "

" أنا أحب تلك الثقوب " .

" هل تجمعين نقوداً كافية من التسول ؟ هل تحصلين على طعام كاف ؟ "

" أنا جائعة جداً . نعم أنا جائعة جداً . دائماً " .

" ماذا تأكلين ؟ "

قالت وهى تلتقط السكر من فوق سطح الفطيرة : " أنا نباتية ، أغلب طعامى نشويات " .

" أين تنامين ؟ "

" فى المنتزهات ، أو فى المناطق التى نحتلها بوضع اليد " .

" تعنين أنكم تحتلون المبانى المهدمة ؟ "

" نعم " .

" أليس هذا ضد القانون ؟ ألا تطاردكم الشرطة ؟ "

" لا تستطيع أن تفعل شيئاً . ليس لدى إثبات شخصية أو أى شيء " .

" أليس هناك قوانين أو موانع لحظر تجول أطفال مثلك ؟ "

" لا أعرف ، لا يفعلون لى شيئاً " .

" ألا يمثل نومك فى المنتزهات خطورة عليك وأنت فتاة صغيرة ؟ "

" نعم ، هو كذلك . لكنى عادة أنام مع أناس آخرين " .

" ما هى قصتك ولماذا أنت هائمة هكذا ؟ ماذا تفعلين فى الشوارع ؟

" جئت هائمة من هوليود . حسناً ، أنا فى الحقيقة من هنا ، ثم انتقلنا إلى هوليود ، ولكن تركتنى أمى هناك منذ سبعة أشهر والآن أنا هنا ، إنها هناك . وهى لا تهتم " .

" ماذا تقصدين ؟ لا تهتم ؟ عمرك خمسة عشر عاماً فقط . هل تعتقد أمك أن وجودك بالشارع هكذا بمفردك وأنت فى هذه السن شيء عادى ؟ "

" لا أعرف . إنها لم تقل شيئاً . أنا قلت أننى سوف أرحل ولم تهتم بذلك " .

" هل ترسل لك نقوداً ؟ "

" لا " .

" هل تحادثينها هاتفياً ؟ "

" لا ، ولماذا أفعل ؟ إنها لا تريد أن تتحدث معى " .

" ماذا عن أبيك ؟ " قالت بحدة :

" إنه أب غير شرعى ، فى الفترة الأخيرة ـ قبل أن أرحل ـ كان يضطهدنى جسمانياً ، وكان أيضاً يضربنى كثيراً . لذلك رحلت وتركتهم . ثم تم وضعى بمصحة عقلية ، لكنى تركتها وهربت لأنها لم تكن موصدة . فكان الأمر سهلاً ، لقد تم حجزى فى مكان موصد من قبل ، حيث لا يمكنك أن تهرب منه بأى طريقة ولكنى هربت " .

" لماذا تم وضعك بالمستشفى ؟ "

" تعاطى المخدرات " .

" لا يبدو عليك أنك تتعاطين المخدرات الآن . هل مازلت تتعاطينها ؟ "

" نعم مازلت ، عندما يمكننى الحصول عليها " .

" ماذا تفعلين ؟ "

" غالبا ، أحقن نفسى بالهيروين . لكن هناك نوع سيئ منتشر هذه الأيام . تعاطيت جزءاً منه فأصابنى بالغثيان " .

" تأخذين حقن ؟ " سألناها بتشكك . " وماذا عن عدوى الإيدز ؟ "

أدارت " ويدجيت " عينيها فينا وكأننا أضجرناها بهذا القلق الممل عن مشاكل مدمنى المخدرات التقليدية . ثم ألقت إلينا بإجابتها .

" لدى الحقن الخاصة بى " .

" الحقن الخاصة بك ؟ تصورى أنها فكرة جيدة ! وهل تنظفيها بالمعقم ؟ "

لكنها لم تجب عن هذا السؤال . وبدأت تشد رحالها وتجمع أشياءها التى تتكون من بطانية رمادية اللون ممزقة وحقيبة ظهر من مخلفات الجيش مكتوب عليها بالقلم الأسود عبارات فُحش وبذاءة .

سألتنا قبل أن ترحل : " هل يمكننى أن أحضر أصدقائى غداً ؟ " أجبناها ونحن نشعر مرة أخرى بإحساس الأبوة " نعم يمكنك أن تحضرى أصدقاءك " . ثم استدارت دون أن تقول : " شكراً " أو " إلى اللقاء " . وخرجت من الباب مثل امرأة عجوز انحنى ظهرها من ثقل حياتها وثقل الحمل الذى تحمله . ولم نر تلك الطفلة الجميلة مرة أخرى ، والتى يبلغ طولها خمسة أقدام ووزنها مائة رطل .

ليست " ويدجيت " حالة منفردة . على الرغم من أن الحالات الأخرى لا تصل لنفس الدرجة من الحدة ، إلا أن الغالبية العظمى من الأطفال هذه الأيام يعانون من ضآلة نظرتهم لأنفسهم ؛ فهم يفتقدون الرغبة فى التعلق بالحياة ، أو فى تكوين أصدقاء ، أو حتى تجربة أشياء جديدة ؛ لأن آباءهم وأمهاتهم قد أقنعوهم أنهم سيفشلون فى كل شيء . إذن ، ماذا يفعل هؤلاء الأطفال " المتخلفون عقلياً " . إنهم ينزوون ويكرهون ، أما الخطر الحقيقى فهو حين لا يطور هؤلاء الأطفال نظرتهم لأنفسهم ، ساعتها يحققون بالفعل توقعات آبائهم

المتواضعة ويفشلون فى كل شيء يجربوه كنوع من الإحباط النفسى ، حيث يتعرض لها آلاف من الأبناء مثل " ويدجيت " .

لأن ضعف احترام وتقدير الذات شيء متفش بين شباب هذه الأيام ، فسوف نتناوله أولاً ، ثم ننتقل إلى معرفة كيف استطاع الآباء والأمهات الناجحين أن يزرعوا فى أبنائهم إحساساً قوياً باحترام الذات ، وذلك بالتأكيد على أنهم قادرون على التعامل مع التحديات الجديدة ، انظر كيف تتطور هذه الثقة المتنامية فتفضى إلى الشجاعة ، ثم المثابرة لأن هؤلاء الآباء والأمهات المتفهمين قد رفضوا بثبات أن يدللوا أبناءهم ، أو أن يقبلوا منهم جهوداً فاترة . فى نهاية الفصل سوف تتعرف على ما قد يعد " أفضل وسيلة على الإطلاق لبناء احترام الذات وتقديرها وهو : الإطراء ، ولكن ذلك الإطراء الذى يظهر فى الوقت المناسب ولأسباب مناسبة .

قال أحد الآباء أن أفضل جائزة لإنجاز شيء ما هو إنجاز الشيء فى حد ذاته وقال : " يمكنك أن تتقلد وشاحاً على صدرك ، لكن الجائزة الحقيقية تقبع فى أعماق صدرك أى فى قلبك " .

## تعريف احترام " وتقدير " الذات

احترام النفس وتقديرها هو الصورة الذهنية التى يحتفظ بها الإنسان لنفسه ، هو الإحساس بالنفس الذى يتأتى من الشعور بالمقدرة والجدارة ، الإحساس الداخلى بالتمكن والكفاءة الذى يوجد فى أعماق النفس ، إن احترام النفس وتقديرها هو ـ عن حق ـ جوهر الصحة العقلية ، كما أن القوة أو الضعف فى إحساس الفرد بقيمته تظهر واضحة عندما يتعرض للفشل أو يواجه ضغوطاً أو إحباطات ، كيف

يتصرف الفرد عندما يشعر بالرفض ؟ كيف يواجه الشدة والشك ؟ إن الإجابة بالنسبة للعديد من الأطفال هى : هذا الأمر غير مقبول . مثل حالة " ويدجيت " ، فهم يهربون ويقعون فريسة لإدمان المخدرات والبغاء والجريمة البشعة ... إلخ .

تأمل هذه المقولة القوية فى إصرارها : " الافتقار إلى احترام النفس وتقديرها هو أصل غالبية الأمراض الاجتماعية والشخصية التى تصيب دولتنا وأمتنا ونحن نقترب من نهاية القرن العشرين " . يشبه هذا النتيجة التى وصلت إليها حملة ولاية " كاليفورنيا " لتعزيز وتقوية احترام النفس والمسئوليات الشخصية والاجتماعية ، وقد تقدم هذه الحملة عضو الجمعية الشرعية " جون فاسكونسيلوس " . إن احترام الذات وتقديرها شيء مؤثر بشكل استثنائى لدرجة أنه يشير إليه فى تقريره " نحو دولة من احترام الذات " على أنه بمثابة " لقاح اجتماعى " تقول عبارته : " احترام الذات وتقديرها أمر يساعدنا على أن نعيش مسئولية الحياة كما أنه يلفحنا ضد مصيدة الجريمة والعنف والتبعية المزمنة للرفاهية والفشل الدراسى " . بالإشارة إلى كل هذه الأمراض يقول " جيمس وس " ، وهو أحد المثقفين فى مجال التربية : " إذا نظر الصغار لأنفسهم نظرة جيدة ، لن تكون مثل هذه الإغراءات ذات تأثير قوى " .

## الإحساس بالضآلة

إذا افتقر الآباء والأمهات إلى القدرة على بناء الثقة داخل نفوس أبنائهم ، فهؤلاء الأبناء فى خطر كبير منذ اللحظات الأولى لميلادهم . يعانى الأفراد المصابون باختلال وظيفى دائماً سواء كانوا أطفالاً أبرياء

خجولين أم مجرمين لديهم ضعف كبير فى شخصياتهم سببه ضآلة نظرتهم لأنفسهم وهم يعيشون منعزلين فى عالمهم يسيطر عليهم الحزن والغضب ، يشعرون بغصة من إحساسهم بالضآلة ويخافون من أن يتحول إحساسهم هذا فى النهاية إلى سلبية مريرة وإحساس بالإحباط والعداء وأخيراً الثورة ـ ضد السلطة والآباء والأمهات والزوج أو الزوجة وغيرهم من الناس الأبرياء ـ ما النتيجة الأخرى التى يمكن أن يصل إليها أطفال ظلوا طوال حياتهم يسألون أسئلة لا يجدون لها إجابات مثل : " لماذا لا يحبنى أحد ؟ " ، " لماذا لا أستطيع أن أوفق فى أى شيء أفعله ؟ " ، " ماذا فعلت لاستحق كل هذا ؟ " النتيجة الوحيدة التى من الممكن أن يصلوا إليها هى : " لابد أننى طفل سيىء " .

دعونا نبدأ بهذه الحقيقة الثابتة وهى : **إن الأطفال والآباء والأمهات ، بل فى الحقيقة كل الناس ، يحتاجون إلى من يثنى عليهم** . حتى أكثر الناس ثقة بأنفسهم يجدون صعوبة فى الوصول إلى حالة من الاعتزاز بالنفس دون نوع ما من التصديق على ما يفعلونه . تبدأ هذه الحاجة للإحساس بالحب والإعجاب منذ الطفولة ، وكلمات الآباء والأمهات المشجعة هى غالباً ما تشبع هذه الحاجة بالكامل . ولأن الباعث الشخصى والحافز الداخلى لم يكن قد حان وقته بعد لدى الأطفال ـ حيث يأتى مع سن البلوغ ـ فإنه الواجب على الآباء والأمهات أن يتخطوا هذه الفجوة حتى يكبر أبناؤهم وذلك بمنحهم مصدر تأييد وتصديق خارجى .

تدفع كل الحيوانات صغارها إلى خارج العُش أو المأوى وتدفع بهم إلى داخل نهر مندفع ، أو من فوق قمة شاهقة كى تعلمهم أنهم قادرون على مُعاركة الحياة بأنفسهم ـ كل المخلوقات تفعل هذا ما عدا بنى

الإنسان الذين يتركون صغارهم يستكشفون هذا بأنفسهم ـ هذا إذا كانوا محظوظين جداً . كيف يستطيع الأبناء أن يعرفوا أنهم يبلون بلاءً حسناً إن لم يسمعوا هذا من آبائهم ؟ كيف يعرفون طبيعة موقفهم ؟ فهم عندما لا يجدون تصديقاً على أفعالهم يظلوا غير متأكدين وغير واثقين من أنفسهم ، وعندما يُتركون في هذه الحالة الحرجة ، يصبحون عرضة للخوف الذى يتملكهم ويصيبهم بالشلل العاطفى والفكرى ، **فإنه بدون المساندة والتعضيد الأبوى لا يمكن تنمية الاعتزاز بالنفس .**

عندما يشعر الأطفال بالإحباط قبل أن يبدأو عملاً ما عادة لا يبدأونه على الإطلاق . وبالطبع يرفضون تجربة أعمال أخرى لأنهم يخافون من الخزى، والإذلال الذى يصاحب الفشل ؛ لذلك فإن التوقف ( أو حتى عدم البدء من أساسه ) أقل إيلاماً لهم من الإحساس المروع بالضآلة الذى تسببه الخسارة والفشل ، تذكرت واحدة من الأمهات زميلاً لابنها فى الفصل وكيف كان يهاب ويتحرج من القراءة :

**لن أنسى أبداً المسكين " دوج هاردمان " فقد كان خجولاً جداً وخائفاً من كل شيء ، ولم يكن يستطيع القراءة بشكل جيد . وإننى لا أعتقد أن المشكلة كانت القراءة في حد ذاتها ، لأنه كان يبدو على قدر من الذكاء ، المشكلة أنه لا يستطيع أن يقف ويقرأ بصوت مرتفع أمام الفصل . عندما كانت مدام " جاتن " تمر بالفصل كله لتجعل كل تلميذٍ يقرأ فى دوره ، كنت أشاهد " دوج " والدور يقترب منه ، كان متوترا بشكل واضح بل يرتعش أيضاً ، لاشك أن معظم الأطفال يشعرون ببعض الخجل فى البداية ولكنه يتلاشى مع الوقت ، لكن هذا لم يحدث مع " دوج " . بدا وكأنه مقتنع أنه لن يستطيع أن يفعل هذا . لاحظت مدام " جاتن " ما يتعرض له هذا الطفل المسكين فقامت على**

**الفور بتغيير طريقة القراءة لتختار من يقرأ بشكل عشوائى وكانت دائماً تتخطى " دوج " حتى تجنبه هذه المعاناة .**

ليس كل المعلمين بنفس قوة ملاحظة مدام " جاتن " . كما إننا لا نعفيهم من توجيه الانتقادات للأطفال ، فى حين أن المفروض أن يساعدوا هؤلاء الأطفال على بناء شخصياتهم ، ففى واحدة من دراسات الباحث " هيل وولكر " ، وجد أن العديد من المدرسين ـ من يفترض أنهم مدربون على الأسس الصحيحة ـ يختلفون مع هذه الدارسة ، فى حين أنهم فقط يتفقون معها فهم يركزون على أخطاء التلاميذ أكثر من تركيزهم على أفعالهم الجيدة ـ مما يتناقض تماماً مع ما يحتاجونه لغرس الشعور باحترام النفس والاعتزاز بها كما يتناقض مع الشعار المفضل لواحدة من الأمهات : " لا تقلل أبداً من قدر نفسك ، بل بالغ فى الاعتزاز بها " .

الأطفال الذين يعانون من ضعف إحساسهم بذاتهم يسيطر عليهم إحساس دائم بالضآلة ، وبالتالى فهم يتصفون بالصفات التالية :

- خجولون يهابون طرق مجالات جديدة ومقابلة أُناس جدد .
- يعتمدون على أبويهم فى أبسط القرارات .
- يسبب لهم النقد خزياً وحرجاً شديداً .
- يكبلهم الخوف من الفشل .
- يسحقهم الفشل مهما كان صغيراً .
- يهتمون بشكل مبالغ فيه بالتفوق .
- فى حاجة دائمة للتأييد والمساندة .

إن هؤلاء الأطفال قلقين بشأن صورتهم في نظر الآخرين . فسؤالهم الدائم هو : " تُرى ماذا يظنون بى ؟ " بدلاً من " تُرى ماذا أظن أنا بهم ؟ " وهو سؤال من يعتز بنفسه .

تعتبر صفات الإحساس بالضآلة هذه حمل ثقيل يحمله المراهق الصغير ، فى وقت تستطيع فيه المشكلات والتغيرات المعقدة التى تلازمه فى هذه المرحلة أن تجعل من مجرد كبوات صغيرة فشلا مروعاً . حتى أكثر المراهقين استقراراً يجد صعوبة فى تجاوز هذه المرحلة التى تتسم بالتغيرات الجسمانية السريعة وهجوم الهرمونات المفاجئ الذى يجعل من العلاقات خارج الأسرة ـ خاصة مع الجنس الآخر ـ أكثر أهمية من أى وقت آخر .

فى سن المراهقة تتزايد الضغوط ويقوى التنافس وينظر المراهق ـ الذى يهتم بالمظاهر ـ إلى الشهرة والشعبية على أنها شيء حيوى ( فى استفتاء قومى أجرته الجمعية الأمريكية للنساء الجامعيات ونشر عام ١٩٩١ أعلن حوالى تسعة وعشون بالمائة من الفتيات الصغيرات أنهن لسن سعداء بخصوص مظهرهن ) . على رأس هذه الضغوط الاجتماعية الجديدة هناك توقعات الآباء والأمهات الصارمة والمتزايدة الخاصة بالمستوى الدراسى ، أضف إلى هذه اللامبالاة الأبوية قدراً كبيراً من الانتقادات والأسس غير الثابتة التى تساعد على اهتزاز وانهيار احترام وتقدير الذات .

الفشل فى تشجيع الأطفال شيء سيئ جداً ، والأسوأ منه والأكثر ضرراً هو استخدام الآباء المحبطات التالية ، والتى يكفى كل منها تدمير احترام وتقدير الذات تماماً . يتعلم الأبناء الارتياب حتى إنهم يكرهون أنفسهم عندما يستخدم أباؤهم الأساليب التالية فى التعامل معهم :

١. العقاب البدنى .
٢. التقييم الانتقادى والأحكام القاسية .
٣. المقارنات السلبية .
٤. ضعف الثقة .
٥. قلة الاحترام .
٦. عدم مراعاة الشعور .
٧. الشعور بالذنب .

إن الآباء المضطربين انفعالياً عندما يهاجمون أبناءهم غير المتأكدين من قيمتهم الذاتية ، فكأنهم بذلك يصبون البنزين فوق النار ، أو كأنهم يقومون بأعمال تخريبية عن عمد . يتحدث السيد " سكوت بيك " فى كتابه الأكثر توزيعاً " الطريق غير المطروق " عن هذه الأبوة الجاهلة المستبدة عندما يكتب عن " التأديب غير المؤدب " وضرب مثالاً لذلك ببعض الأطفال الذين " تعرضوا خلال طفولتهم للعقاب المتكرر القاسى بالصفع واللكم والركل والضرب والجلد بالسياط من آبائهم على أتفه الأخطاء " .

أجرى العالم النفسانى " ستانلى كوبر سميث " فى عام ١٩٦٧ دراسة تُعد علامة فى هذا المجال أوضحت أن الأم التى تنشئ أطفالاً لديهم شعور قوى بالاعتزاز بالنفس قد استخدمت أسلوب النقاش الاستنتاجى الذى يختلف عن أسلوب العقاب المستبد الذى استخدم فى تربية هؤلاء الأولاد الذين يعانون من قصور فى تقديرهم لأنفسهم . هناك فرق كبير بين هاتين العبارتين " هل تعتقد فعلاً يا " جيرالد " أنها فكرة جيدة أن تخرج بالسيارة فى هذا الطقس ؟ " و " اطلب المفاتيح مرة أخرى وساعتها لن تقود هذه السيارة مرة ثانية " . إن

العبارة الأولى منطقية وتطلب تفكيراً منطقياً ، فى حين أن العبارة الثانية جافة غير معقولة وتحط من قدر الطفل .

تُرى ماذا يدور فى عقل وقلب هؤلاء الأطفال المضطهدين جسمانياً وكلامياً ؟ أولاً : يشعرون بالارتباك خاصة الأطفال الصغار : " ما الخطأ الذى ارتكبته ؟ " ثانياً : يشعرون بالخزى : " لابد وأننى شخص سيئ جداً حتى أستحق هذا! " . ثالثاً : يشعرون بالرعب : " لاشك إننى سوف أقتل " . كيف ينمو الإحساس باحترام الذات وتقديرها فى مثل هذه البيئة الجنونية التى كل ما يفعله الأطفال فيها هو البقاء على قيد الحياة ؟ وبالنسبة للأطفال الأصغر سناً يكون الرعب أسوأ لأنهم يقعون فى شرك لا مهرب منه ولا من سطوته ، على الأقل يستطيع المراهقون أن يتركوا البيت ليبحثوا عن مكان يريحهم بين أقرانهم ، كما فعلت " ويدجيت " ، لكن ليس هذا هو الحل الأمثل لأنه كما سنعرض فى الفصل السادس ، هؤلاء الأقران عادة ما يكون لهم نفس الظروف . وبالتالى يصبحون شركاء فى الجريمة والمخدرات وما شابه .

على الرغم من أن ضررها ليس فى مستوى ضرر الاضطهاد الجسمانى أو فى مستوى بشاعة الانتقاد الساخر إلا أن المقارنة السلبية للطفل بأخيه أو أخته ، أو بأطفال آخرين تعد من الأخطاء الأخرى الشائعة والمدمرة التى يرتكبها الآباء والأمهات . " يستطيع أخوك أن يفعل هذا ، لم لا تستطيع أن تفعله أنت ؟ " ، " حصلت أختك على المركز الأول فى مادة الجبر وكل ما تستطيع الحصول عليه أنت هو المركز الثالث ؟ " ، " لاشك أنك سوف تصبحين أجمل إذا أنت صففت شعرك بنفس الطريقة التى تصفف بها ابنة عائلة " تايلور " شعرها " . على الرغم من أن بعض الآباء والأمهات يفعلون هذا

لتشجيع أبنائهم ، إلا أن مثل هذه التعليقات ليست أكثر من انتقادات ، ولا تُحفز على التغيير . ومع ذلك . هل تغامر بتشويه صورتك بمحاولة مجاراة شخص قد أثبت جدارته بالفعل ؟ ماذا لو فشلت فى هذا ؟ الأطفال ليسوا أغبياء ، من الأجدى لهم أن ينسحبوا أفضل من خسارة المعركة على مرأى من قائد السرية .

تذكر زوجان ممن تحدثنا إليهم المرة التى عرضوا فيها أحد أبنائهم لمقارنة غير عادلة مع إخوته ، وعلى الرغم من أنهم قد ضحكوا عندما تذكروا هذه الحادثة ، إلا أنهم أدركوا مدى أحساس ابنهم باليأس حتى يتصرف هذا التصرف .

**كنا دائماً نخبر " بات " أنه نحيف جداً ، وكنا نعبر عن هذا فى عباراتٍ مثل : "كل الأبناء الآخرين على ما يرام ، وأنت ضئيل جداً . " كنا نُلح عليه أنا و " بيث " باستمرار كى يأكل أكثر ويزداد وزنه أكثر ، لم نكن ندرك أنه ينظر لهذا على أنه سخرية حقيقية ، لا فرق بينها وبين مناداة الأطفال أصحاب الوزن الزائد بكلمة سمين ، ولأنه كان طفلاً هادئاً وخجولاً إلى حد ما ، فقد فاجئنا بهذا السلوك المتطرف الذى صدر منه أو الذى مبعثه اليأس . ففى أحد الأيام ونحن بالمطبخ صدر منى قول عارض : " يجب أن تكسو هذه العظام ببعض اللحم . " وهنا سار " بات " فى اتجاه الثلاجة ، وأخرج بعض اللحم المتبقى وأخذ يكسو ذراعيه به وهو يقول غير مبتسم : " حسناً يا أبى ، ها أنا ذا أكسو عظامى ببعض اللحم " . أنا أعتقد أنه كان محبطاً تماماً ، إثر إلحاحنا عليه بأنه هزيل . المضحك أنه بمرور الوقت فى ذلك اليوم ، تحدثنا أنا و " بيثٍ " ، وأدركنا أننا كنا نزعج ابننا " بات " بمقارنته بإخوته كثيرا .**

على النقيض من هذا السلوك يأتى سلوك آخر وهو عندما تخبر ابنتك أنها الأفضل فى سياق تريد منه أن يكون محفزاً جيداً ، لكنه ليس كذلك ، إنه مجرد نوع آخر من المقارنة التى لا تجدى نفعاً لبناء احترام وتقدير الذات مثلها فى ذلك مثل المقارنات السلبية . أى شيء يمكنه أن يعرض هذه الصغيرة لمثل هذا الضغط ؟ وماذا يحدث عندما تسمع أبويها يصرحان " أنت الأفضل " ، ثم تأتى فى المرتبة الثالثة مثلاً ؟

يشعر الأطفال أيضاً بالضعف عندما يتجاهل الآباء والأمهات مشاركة أبنائهم تلك الأشياء التى تعنى لهم الكثير . كما توضح لنا الحادثة التالية :

**عندما كنت أربى أبنائى ، كنت لا اقترف معهم الأخطاء التى اقترفتها أمى معى . لن أنس أبداً ـ وما زلت حتى يومنا هذا أشعر بالألم لهذا .. عندما كنت أشارك فى ( نادى المزرعة والزراعة ) ، لم تأت أمى أبداً لترى الخروف الذى كنت أعتنى به ، كنت أحب هذا الخروف جداً وكنت أريد أمى أن تحبه أيضاً ، كنت فخورة بالعناية به وإطعامه والاهتمام بمظهره ، لكن لم يكن لدى أمى أى اهتمام ، ولم تأت لتراه ولو لمرة واحدة . لن أنسى أبداً مدى بشاعة هذا .**

وأب آخر يعترف أنه قد أهمل ابنه ولكن بطريقة مختلفة تماماً :

**أراد " بادى " أن أساعده فى بناء هيكل سيارة مثل الأطفال الآخرين ، وعليه فقد بدأنا ، وكانت المشكلة أننى قد انهمكت فى هذا المشروع لأننى كنت أبعد عنه . فقد نسيت تماماً أمر " بادى " ، وبأن المشروع مشروعه هو ، وأنه أراد أن يقوم ببناء هذه السيارة بنفسه .**

**وأنه أراد مساعدتي فقط لا أن أهيمن أنا على العمل كله وأنساه . لكن هذا ما حدث بالضبط . أتذكر أنه بعد مرور ساعة أو أكثر وعندما لم أترك " بادى " يشارك بأى عمل أو يساعد فى أى شيء ، أنه فقد الأمل وانزوى بنفسه ، لم أعر هذا انتباها فقط ظننت أنه قد فقد اهتمامه بالمشروع ، وفى صباح أحد الأيام وبعد مرور ثلاثة أشهر وبينما كنت أرقد فى فراشى ، إذا بالأمر كله يتجلى لى : لقد تجاهلت هذا الصغير تماما ! وفيما بعد ، جلست معه وحاولت أن أفسر له الأمر كله ، لكن الأثر السيء لما قد حدث كان قد وقع منذ وقت طويل ، وكان كل ما استطعت أن أفعله هو أن أعتذر وآمل فى أن يأخذ " بادى " ما حدث بصدر رحب .**

وكما قد رأيت ، إن الآباء والأمهات الذين تعرفنا عليهم لم يكونوا معصومون من الأخطاء ، ولاهم ممانعون فى الحديث عنها . فقد أدركوا أنه بإلقائهم الضوء على هذه الأخطار ، سوف يصبح لديك إدراك أكبر لاحتياجات أطفالك . وتستطيع وبسرعة أن تصحح من مسلكك كما فعلوا . **إن جوهر الأبوة الجيدة ليس فى أداء كل شيء بإتقان ، ولكنه فى إتقان كل ما تفعله .**

## الشعور بتقدير الذات وكيفية إدراكه

على الرغم من أن معظم الناس لا يمتلكون الإحساس بتقدير النفس والاعتزاز بها ، ولا يزرعون هذا الإحساس بعمق فى نفوس صغارهم ، إلا أن نتيجة الاستفتاء القوى الشامل الذى أجرى فى يناير ١٩٩٢ قد أوضحت أنهم على الأقل يدركون أنه من أساسيات النجاح فى

الحياة . عندما سُئل المشتركون فى الاستفتاء : " ما مدى أهمية الأشياء التالية فى تحفيز الفرد للنجاح والعمل الجاد ؟ " كانت الإجابات التى تقول أنه " مهم جداً " نسبتها كالتالى :

| | |
|---|---|
| صورة الفرد فى عيون الآخرين . | ٣٥ ٪ |
| الخوف من الفشل . | ٤٤ ٪ |
| المسئولية تجاه المجتمع . | ٤٩ ٪ |
| الواجبات العائلية أو الفخر العائلى . | ٧٧ ٪ |
| تقدير الذات والاعتزاز بها ، والمقصود بها نظرة الفرد لنفسه . | ٨٩ ٪ |

ما هو جدير بالملاحظة هنا هو نسبة الـ ٨٩ ٪ خاصة عند وضعها بجانب نسبة الـ ٣٩ ٪ من الفتيات ( والـ ٤٦ ٪ من الأولاد ) الذين لا يشعرون بالرضا عن أنفسهم . ما هى الحلقة المفقودة بين الكبار الذين يدركون أهمية الشعور بتقدير الذات وأطفالهم الذين يفتقرون إليه ؟ إنها المهارة . المهارة فى غرس هذا الشعور بنفوس الأبناء .

اتخذ الآباء والأمهات الذين التقينا معهم اجراءات محددة لغرس الثقة بالنفس والاعتزاز بها فى نفوس أطفالهم . وقد أخبرنا هؤلاء الأطفال أنه كان لديهم شعور دائم بحب ومساندة آبائهم وأمهاتهم ، حتى وإن لم يظهر هذا فى عبارات يقولونها . وهذا يقودنا لواحدة من أهم وصايا الاعتزاز بالنفس : **لكى تكون نظرة الأبناء لأنفسهم جيدة ، لابد أولاً أن تكون نظرة آبائهم وأمهاتهم إليهم جيدة .**

لكن النظرة الجيدة للأبناء لا تجعلهم ينظرون إلى أنفسهم نظرة جيدة تلقائياً هكذا ، وهنا يأتى دور المهارة . باتباع خطى الآباء

والأمهات الخبراء يمكنك أن تساعد أطفالك كى يشعروا بالجدارة الكافية التى تجعلهم يثقون فى أحكامهم ويتأكدون من قراراتهم ، وتجعلهم كذلك يقبلون تحديات الحياة ، ويواجهونها بشجاعة خاصة عندما لا تكون النتائج مضمونة .

عندما تساعدهم على تكوين شعور داخلى بقيمة النفس سوف ينظرون إلى الإحباطات الحتمية على أنها تجارب وخبرات وليست دليلاً على عدم التوفيق ، إليك بعض الخطوات الأولية التى يمكنك اتباعها :

- أثبتْ لطفلك أنه جدير بالحب ويستحقه وذلك بأن يكون حبك له واضحاً وغير مشروط ـ عندما يحقق نجاحاً أو يواجه فشلاً . من حين لآخر كانت تضع واحدة من الأمهات عبارة " إنى أحبك " على صندوق الغذاء الخاص بابنها ، عبارة بسيطة تعبر بها عن حبها ويعد هذا شيئاً لطيف يبدأ به ابنها طعامه ، وقالت أم أخرى أنها لم تكن تنتظر أعياد ميلاد أبنائها أو أى مناسبات أخرى كى تمنحهم هدايا ، كانت تمنحهم الهدايا بدون مناسبة وعندما تشعر برغبة فى ذلك .
- ذكِّر طفلك أن ما يفعله ـ بغض النظر عن نتيجة محاولاته ـ يشكل أهمية لك ولمعلميه ولأصدقائه ولنفسه على وجه الخصوص . إن الذى ينبئ عن شخصيته ويجعل الجميع يفخرون به ليس هذا نتيجة مجهوداته ، ولكنه المجهود نفسه . عندما يعود الطفل من المدرسة وبيده إحدى الرسومات التى يضعها جانباً ويقول : " إنها ليست جيدة " ، تناول الرسم وأخبره كم هو جميل ، قد يكون تقييمه للرسم قد جاء هكذا لأن حجم المزارع ـ فى الرسم ـ

جاء أكبر من حجم الحصان ، لكن أخبره أنه قد بدأ بصفحة بيضاء ثم وضع تصوراً للموضوع ورسم شيئاً جديداً وفريداً يحكى قصة ، ليس من الضرورى أن تكون مثالية .

- شجع طفلك على المشاركة فى كل أوجه الحياة ـ المدرسة والطقوس الدينية ، والرياضية ، والنوادى ، والهوايات ، والعمل ، والأصدقاء . مثل هذه المشاركات تساعده على أن يصبح أكثر جزماً وتعلمه صفة القيادة وتكسبه مهارات وهو يتقاسم الخبرات والتجارب مع دائرة رحبة من الأصدقاء ، قال أحد الآباء لابنه عندما عاد إلى المنزل وهو محبط ، أنه فى حين أن الفوز الرياضى يعد جماعى ، فإن الخسارة أيضاً جماعية :

**وليس معنى أنك حارس مرمى فريق الكرة ، أنك أنت الوحيد المسئول عن هزيمة الفريق . تذكر أن الكرة تمر بجميع اللاعبين قبل أن تصل إليك .**

- علم ابنك الاعتماد على النفس الذى يقود إلى الاكتفاء الذاتى ، وذلك بأن ترفض تدليله أو تقديم العون له فى كل مرة يطلب فيها المساعدة ، اتركه يطور قدرته على التصرف وعمل كل شيء بالحد الأدنى من مساعدة الآخرين : بقليل من نشارة الخشب وكثير من التصميم يستطيع الأبناء أن يبنوا قلعة شجرية ، أو منزل كلبَ ، أو كوبرى عبر البحيرة ، وغيرها من الأشياء التى يفخرون بها ويحبونها أكثر من الأشياء التى يشترونها من المحلات على كثرتها وتعددها ، أو كما أخبرنا أحد التلاميذ الذين التقينا بهم ، يستطيع الأبناء أن ينفذوا المشاريع التى تتطلب قدراً من التخيل .

**عندما كان عمرى ثمان سنوات ، أردت أن أقوم ببناء بحيرة بط ، وكما قلت آنذاك : " سوف يأتى البط إليها " . حسناً ، بدلاً من استئجار بلدوزر وشاحنة أسمنت كما أردت أن أفعل ، اقترح على أبى أن نبدأ ببحيرة صغيرة يكون عرضها قليل من الأقدام ونحيطها بسياج قديم وأسمنت كى نحدد معالمها . هذا ما فعلناه وعندما انتهينا كان منظرها جميل وأصبحت معجباً بنفسى ولم أعد أهتم بالبحيرات الكبيرة مرة أخرى . كنت فخورا بنفسى ، ولم يعد البط يثير اهتمامى مرة أخرى .**

وصفت لنا تلميذة أخرى كيف أنها استطاعت هى وأمها وأختها أن يصمموا وينفذوا أقنعة أحد الأعياد من الورق المعجن :

**هل تسأل عن احترام النفس وتقديرها . أعتقد أن أمى قد علمتنا ألا نخرج لشراء كل شيء . رغم أن كل الأطفال كانوا يخرجون لشراء أقنعة العيد ، إلا أن أمى كانت تعلم أننا نستطيع أن نصنع بأنفسنا أقنعة أجمل بكثير ، وكانت على حق فى هذا . ومن بعض قصاصات الورق وكرة ومجفف الشعر استطعنا أن نصنع أقنعة مبتكرة ورائعة ، عندما رآها الجميع تمنوا لو أنهم صنعوا أقنعتهم بأنفسهم أيضاً .**

إليك أحد القوانين الأساسية الخاصة بتنشئة الأطفال يجب على كل من الآباء والأمهات تذكرها ، وربما تكون أكثر الأفكار على الإطلاق التى يساء فهمها : **الرد على أبنائك بكلمة " لا " مئات المرات أكثر من كلمة " نعم " ينتج عنه أبناء أكثر سعادة وأكثر اعتماداً على النفس .**

استماع ابنك لكلمة " لا " لا تُحبطه على الرغم من أن الأبناء يبدون أسعد لسماعهم كلمة " نعم " ، إلا أن كلمة " لا " تلك الكلمة التى تحمل إرضاءً مؤجلاً هى التى تبنى الشخصية ، إن ما يحتاجه الأبناء أكثر من الإذعان لطلباتهم هو التأكيد لهم بأنهم سوف يصبحون على ما يرام .

## الطمأنة

يخاف كثير من الأطفال هذه الأيام من العالم الكبير خارج منازلهم ، ومن صعوبة التعامل معه ، فليس به ـ بالتأكيد ـ كثير من البهجة ، ومصدر خوفهم هذا هو الناس المحيطون بهم والذين من المفروض أن يكونوا مصدر اطمئنان لهم وتأكيد بأنهم سوف يصبحون على ما يرام . لكن أبناءنا قد تعرضوا لما يشبه الخيانة . فنجومهم المحبوبين قد تورطوا فى قضايا التحرش بالأطفال ، ورموز الرياضة الذين يعشقونهم متهمين بتعاطى المخدرات والمقامرة وبتلك الجريمة الحديثة المشينة والتى تسمى بجريمة القتل المزدوج والتى فاقت فى شذوذها وغرابتها أقصى ما يمكن أن يتخيله مؤلفو الروايات البوليسية ، لقد أصبح عالمنا بحق عالم مخيف ومروع .

لحسن الحظ أن لديك فرصة جيدة للسيطرة على النماذج التى يتأثر بها أطفالك ، ومنها : أن تراقب ما يشاهده طفلك فى التلفاز . والأهم من كل هذا ، يحتاج الأبناء أن يروا إيمانك بنفسك وبقدرتك على التصرف ، إنهم بحاجة لأن يشاهدوك وأنت تتعامل مع هذا العالم الكبير ، تواجه تحدياته الشديدة وتصمد لضغوطه القاسية ، شيء بسيط مثل الدفاع عن حقوقك ، يمكنه أن يلقن دروساً قيمة ،

كما فعلت مدام " كونواى " ، حيث تشرح لنا ابنتها تأثير مثل هذه الحادثة :

**كنا ذات يوم أنا وأمى فى أحد المحال التجارية وعندما ذهبت لتدفع ثمن شيء ما كنا قد اشتريناه ، طلبت منها موظفة الخزينة بطاقة ائتمان . أتذكر الآن وبوضوح كيف استطاعت أمى أن تسيطر على الموقف ، قالت لها : "كان بودى أن أقدم لك بطاقة الائتمان إذا كان لدى واحدة ، لكننى لا أستخدم بطاقات الائتمان ، أنا أستخدم الشيكات ، وهذا الشيك هو ما أريد أن أستخدمه لشراء هذا الجاكيت ، وإذا أردت ، يمكننى أن أناقش هذا مع المدير " . لم تهب شيئاً ولم تتنازل ، تمسكت بموقفها ، أعتقد أن الذى تعلمته منها هو أنها كانت واثقة من نفسها ، ولم يكن بمقدور أحد أن يزعزعها . دائماً ما أتذكر هذا اليوم .**

عندما يراك طفلك وأنت تتصرف بثقة يتعلم منك درساً خطيراً يقول : " ثقتك بنفسك وإيمانك بها هما طريقك للنجاح " ، ومن ناحية أخرى إذا أنت أمسكت برأسك وتهاويت بالفراش عند كل صداع تشعر به ، أو أنك تتوتر دائماً عند كل اجتماع عمل متوقع وخيل إليك الناس يحومون حولك هامسين ، تصبح كمن يخبرهم بصوت مسموع قائلاً : " إننى غير قادر على النجاح " .

كان الآباء والأمهات ـ الذين التقينا بهم ـ يؤكدون لأبنائهم دائماً أنه بإمكانهم مواجهة أى مشكلة إذا امتلكوا إحدى المقومات المهمة التى تقول : امتلك الرغبة فى مواجهة المشكلة وابذل أقصى جهد لديك لحلها . كان اثنان من الآباء من عائلتين مختلفتين يضعون الشعار التالى على جدران غرف أبنائهم : " كل مشكلة ولها حل " .

وكان هؤلاء الآباء والأمهات يؤكدون لأبنائهم من آن لآخر أنهم كان لهم نقاط ضعفهم وهم صغار أيضاً ، ولكنهم كانوا يبحثون عن أساليب للتغلب عليها . تقدم لك الصور الثلاث التالية أمثلة لهذه الحالة والتى كانت عونا كبيراً فى التأكيد للأبناء أنه لا يوجد شخص معصوم من الخطأ .

**لكل الآباء والأمهات أقول : تذكر نفسك ونوادرك الخاصة عن معاناتك في تكوين الأصدقاء أو فى حقيقة أنك لم تكن رياضياً من الدرجة الأولى . لقد خفف هذا كثيراً من الضغوط عن أبنائى عندما حدثتهم عنه . لقد أخبرتهم أننى أبداً لم أكن هذا التلميذ المتميز فى تلك المدرسة الثانوية فى مدينتنا الكبيرة الواقعة فى وسط غرب بلدنا ، لقد أخبرتهم أننى لم أتمكن من الانضمام لمنتخب كرة السلة لأننى لم أكن لاعباً ماهراً ، بل فى الحقيقة إن سنوات الدراسة الثانوية كلها قد قضيتها وأنا ألعب فى المنتخب الصغير ، وكنت فى المرتبة الثانية به ، لكننى ظللت أتدرب وألعب بالفريق واستمتع بهذا ، وأقضى فيه أوقاتاً طيبة ، ثم استوقفنى مدرب المنتخب فى أحد الأيام وقال : " لقد رأيتك وأنتَ تقفز لترمى بالكرة فى مباراة الأمس . أعتقد أننا نستطيع ضمك للفريق ، يمكنك أن تأتى بعد الدرس لنتحدث فى هذا " . وقد فعلتُ ، وتم إلحاقى بالفريق ، وانتقلت من لاعب ثان فى المنتخب الصغير إلى لاعب ثالث بالمنتخب الأصلى ، نعم ! كانتَ قفزة كبيرة ، ومع أننى كنت معظم الوقت أجلس على دكة الاحتياطى إلا أننى لم أهتم بهذا ، ولم يمنعنى من الاستمتاع بوقتى .**

صحح أفكار ابنك وانطباعاته عن ضرورة أن يكون أداؤه خال من الأخطاء ، أخبره فى وضوح لا لبس فيه أن هذا الكمال غير متوقع وغير مرغوب فيه وغير ممكن .

**عندما كانت ابنتى " كاندى " تجد صعوبة فى فهم الرياضيات أخبرتها أننى لم أكن ضليعاً فى هذا العلم أيضاً . بل فى الحقيقة أنه وحتى مع استعانتى بمدرس خصوصى كنت بالكاد أحصل على المركز الثالث فى مادة الهندسة . لكنك تتقدمين على أى حال وتبذلين أقصى جهد لديك ، كانت " كاندى " فى حاجة لسماع هذا طوال الوقت .**

واصلت مدام " فريد مان " حديثها لتشرح لنا كيف تعاملت مع اهتمام ابنتها المزمنة بمظهرها :

**مثلها مثل كل أصدقائها كانت " كاندى " مهتمة بمظهرها تنتابها الهواجس بشأنه ، وكنت أجد صدى جيداً لديها عندما أحدثها عن اهتمامى بمظهرى عندما كنت فى مثل عمرها . كنت أخرج صورة قديمة لى وأنا أبدو فيها بتسريحة شعر عجيبة ونظارة ذات إطار أسود غريباً ، لا أصدق كيف كنا نظن أن هذه الأشياء تبدو جميلة ! وأقول لها : " انظرى إلى أين انتهى بى الحال يا عزيزتى ! إن أباك ليس فى مواصفات فارس الأحلام ، لكنه بالنسبة لى فى مصاف نجوم السينما مثل " بول نيومان " مثلاً " ، وكنت أعترف لها بصراحة عن اهتمامى بمظهرى ورغبتى فى أن أبدو جميلة وهذا غير صحيح ، وأخبرها أننى أدركت فى النهاية أنه ليس المظهر الخارجى هو الذى يميز الإنسان ـ خاصة فى محاولات جذب انتباه أبيها ـ وكانت تضحك كثيراً لهذا . وأخبرتها عن الجامعة وعن الطلبة الذين كانوا**

**يعرفون بجمالهم وأن كثيراً منهم كانوا يفقدون اهتمام الآخرين عندما يعرف عنهم أنهم لا يمتلكون غير هذا الجمال فى المظهر فقط .**

حين تجعل من نفسك مثالاً وتتحدث عن معاناتك الخاصة ، تثبت بهذا شيئين : ( ١ ) إنك لم تنهزم أمام افتقارك للكمال فى كل شيء . ( ٢ ) إنك لم تغير نظرتك لنفسك لأنك لست ممتازاً فى كل شيء . أكد لابنك أن مواهبه وقدراته كافية ومناسبة تماماً حتى وإن لم يظهر هذا طوال الوقت ، وأنه طفل قادر ومتمكن ، ولكن ليس فى كل شيء .

فى النهاية : عندما يتحقق أبناؤنا من الذى ظللنا زمناً طويلاً نخبرهم به ، ويرون أننا كنا على حق ، وأنهم بالفعل أبناء رائعون ، يزداد تصميمهم على النجاح ويتضاعف ، ولن تعوقهم العقبات ، وما أكثرها . لقد جرَّب " ريكى " نفسه فى اثنين من أنشطة الفصل ولم ينجح فيهما ، أما " جيمى " فلم يوفق فى الالتحاق بفريق السباحة لأنه لم يكن سباحاً ماهراً ، لاشك أن هذا قد أصابهم بالإحباط . لكن ماذا فعلوا حيال ذلك ؟ هل بكوا وانهاروا ؟ لا . لقد اقترحنا على " ريك " أن يجرب مجال الصحافة ؛ لأنه كان كاتباً جيداً دائماً ، وقد أخذ بنصيحتنا وشارك فى إصدار جريدة المدرسة ، وفى النهاية أصبح رئيساً لتحريرها ، أما " جيمى " فقد وجه اهتمامه للملاكمة التى أحرز فيها ميداليات عديدة أثناء دراسته الثانوية . لقد تعلم الأولاد أن ينظروا للصعوبات على أنها تحديات ، وكانوا على ثقة من أنهم قادرون على مواجهتها لأننا أخبرناهم بهذا .

رشح لنا مدير أحد المدارس تلميذاً اسمه " ستيف هواى " كنموذج نورده بالكتاب ، وقال عنه إنه صاحب عقلية فذة لم ير مثلها ،

وأخبرنا أيضاً أنه قد حصل فى الامتحان على درجات ممتازة نادراً ما يحرزها أى تلميذ وهى حقيقة لم نستطع إبعادها عن أذهاننا أثناء لقائنا معه .

قال " ستيف " : " إنها خرافة كبيرة ، يقول الجميع أننى حصلت على درجات ممتازة فى حين أننى قد أخطأت فى واحد من الأسئلة " .

فقلنا نشاكسه : " كيف تفعل شيئاً خطيراً كهذا ؟ "

فقال : " أعتقد أننى لم أكن فى أفضل حالات التركيز " هكذا أجاب التلميذ الذكى كما توقعنا ، وبينما كنا نضحك على هذا التعليق ، أخبرتنا أمه أنه حتى الأطفال الأذكياء مثل " ستيف " يحتاجون إعادة التأكيد والطمأنة من أبويهم وهم صغار .

**لم يكن " ستيف " ممتازاً فى كل شىء . عندما كان صغيراً لم يستطع أن يتعلم كيف يعقد رباط حذائه . ظل يحاول لكنه لم ينجح فى هذا . قال فى أحد الأيام : " لن أتعلم أبداً كيف أربط حذائى . "ورأيت ما يعانيه من إحباط وأدركت أننا بحاجة لتخفيف هذا الضغط عنه . فهدأته وقلت له أنه سوف يتعلم مع الوقت ولا داعى للعجلة فى هذا . ثم ذهبت واشتريت له حذاءً خفيفاً برباط لاصق بدلاً من الرباط الذى يحتاج لربط ، وأخبرته أن التدريب على عقد الرباط يصبح أسهل كثيراً عندما يكون بعيداً عن القدم .**

## الاستقلال

الاستقلال هو علامة صحية للشعور باحترام الذات وتقديرها ، ولكى تحقق هذا الاستقلال يجب أولاً أن يكتسب الأطفال شعوراً داخلياً بالاستقلالية . تشرح لنا واحدة من الأمهات كيف ساعدت أطفالها على تحقيق هذا الهدف بمساعدة تقليد قديم كانت قد تعلمته من أمها فى المكسيك :

**عندما يولد الأطفال وهم صغار جداً نقوم بتحزيمهم وربطهم جيداً . وهذا يعطيهم إحساساً بالأمان والحب والرعاية ، ثم ندحرجهم فى الفراش من طرف إلى آخر عشرون أو ثلاثون مرة . وهم حين نفعل بهم هذا لا يفزعون بل يتعلمون الثقة والمخاطرة ، لابد وأن تعلم الأطفال كيف يواجهون المخاطر منذ نعومة أظافرهم .**

كان الآباء والأمهات الناجحين الذين التقينا بهم يغرسون فى أذهان أبنائهم وهم يكبرون إحساساً بالاعتماد على النفس ، وذلك بأن يرفعوا عنهم ببطء ولكن بثبات تلك المظلة العائلية الواقية ، وتعد تجربة الأشياء الجديدة مثل الطعام الجديد والأنشطة الجديدة والأشخاص الجدد من الأولويات المهمة فى بناء الشخصية ، تشرح لنا واحدة من الأمهات فلسفتها عن تناول الطعام الغير مقبول :

**كانت عبارة " أنا لا أحبه " لا تُذكر فى بيتنا . كانت أمى تقول دائماً ، "كيف تعرف أنك لا تحبه وأنت لم تجربه ؟ " لكننى لم أستخدم هذه الطريقة . إنها أسوأ طريقة ممكنة لجعل الأبناء يجربون شيئاً جديداً ، كنت أستخدم طريقة أسميها طريقة " توم سوير " .**

والتى كان أساسها أن تجعل الشيء اختيار لا إلزام . فكنت عندما أطبخ صنفاً جديداً ، أتعمد أن أقول : " ربما لن تكفى الكمية التى أعددتها لنا جميعاً " أو أقول : " لابد وأن تنتهى من الطعام الذى أمامك حتى تحصل على بعض السبانخ " . صدق أو لا تصدق ، كان أطفالى ينظرون للسبانخ والهريسة على أنها متعة كبيرة ، آخر شيء يجب أن تقوله وقد رأيت كثيراً من الأمهات يفعلون ذلك هو " أرجوك ، أرجوك أن تجرب هذا ! " أو " هل تجرب ملعقة واحدة من أجل ماما ؟ " دعونى أخبر جميع الآباء والأمهات الجدد : هذا الأسلوب لا ينجح أبداً .

عندما يقترب أطفالك من سن المراهقة تزداد حاجتهم للإحساس بالاستقلال بشكل كبير جداً وتبدأ تصرفاتهم فى الاتجاه نحو هذه الغاية . فقد يشعر ابنك بحاجة شديدة للخروج من شرنقة الحماية والأمن التى عاش بها دائماً لكنه يحتاج إلى تأييدك وموافقتك . قد يختبر ابنك حبك له بالشكوى من بعض الآلام العضوية حتى يرى رد فعلك ، ويصبح هذا أنسب وقت تلقنه فيه درساً من دروس الاستقلال ، كانت مدام " رونديل " صريحة بشكل مؤلم مع ابنتها " سينسيا " عندما بدأت تقلق بشأن مظهرها :

كنت قد رأيت " سينسيا " وهى على وشك أن تخطو تلك الخطوة الكبيرة . كانت قد بدأت لتوها المرحلة الثانوية ، وبدأت معها فى وضع بعض لمسات الماكياج وفى التحدث عن المواعيد الغرامية ، لكنها لم تكن واثقة من نفسها وسط هذا الكم من الفتيات اللاتى يفقنها فى الجمال والتى تمتلئ بهن المدرسة ، وقلت لها : " لن تُصبحين أبداً ملكة جمال أمريكا ، هذا إذا افترضنا أنك سوف تهدرين وقتك

**فى المحاولة ، إذن عليك أن تواجهى هذا وأن تفعلى شيئاً آخر بحياتك يكون أكثر أهمية وأكثر قيمة ، كى تصبحين فتاة غلاف ليس هذا شيء له قيمة نتمناه لك وفى نفس الوقت لا نتمنى لك شيئاً أقل فقط لأنك فتاة عادية الجمال ، سواء أحب من يراك أو لم يحب منظرك فهذه مشكلته عليه أن يتعامل معها فلا تجعليها مشكلتك أنت .**

تقترح أم أخرى أن يتوقف الآباء والأمهات عن الإشارة لأبنائهم طوال الوقت على أنهم " حِسان الصورة " :

**الجمال الخارجى ( جمال المظهر ) ليس له أى علاقة بالجوهر الحقيقى ، فنحن لسنا مجرد أجساد ! وعلى الرغم أنه من الصعب عدم تصديق أن جراحات التجميل قد انتشرت فى مجتمعنا انتشاراً مجنوناً ، إلا أننا عبارة عن عقول وذكاء ، وحب وروح ، فلماذا يكون كل التركيز على الجسد ؟ لماذا يتعرض الأطفال الصغار ذووا الثلاثة عشر عاما لهذا الفصل الحاد ؟ ما الخطأ فى أن تخبر ابنتك أنها ذات شأن وقيمة بسبب ما يسكن قلبها وعقلها ، ثم تتراجع فيما قلته وتقول : " أوه ، إنك مثال للفتاة الجميلة . " أو قول آخر لأب آخر : " يا لك من فتاة جميلة " . أقوال فيها شيء من الرياء ، أليس كذلك ؟ وأقوال أقل من هذه تسبب لهم الارتباك . الناس ليسوا ممتلكات تُصقلهم مثلما تُصقل سيارتك .**

كى تساعد أبناءك على الإحساس بالاستقلال وعلى النظر إلى الحياة نظرة واقعية والتفاعل معها من خلال هذه النظرة ، عليك باتباع النصائح التالية من الآباء والأمهات الخبراء :

- إن احترام الذات وتقديرها ليس هبة أو منحةً نعطيها أو نمنحها لأى فرد ؛ إنها شيء لابد من اكتسابه . علِّم طفلك أن يتحمل مسئولية سعادته ، وأن يخرج للعالم ويضع قدراته موضع التنفيذ بتجربته للأشياء . قال أحد الآباء إن القول المأثور المفضل لديه هو : " لا تأسف أبداً لشيء فعلته بل من الأفضل أن تأسف لشيء لم تفعله . " تخبرنا أم أخرى كيف أنها كانت المؤيدة والمساندة لابنتها فى اتخاذ القرارات الصعبة :

أرادت " فريدى " أن ترشح نفسها لمنصب رئيس اتحاد الطلبة وأخبرها أصدقاؤها أنها سوف تفوز ولم تكن تدرى ما تفعله ولم تكن متأكدة من النتيجة كذلك . والورطة الحقيقية كانت فى أنها سترشح نفسها ضد أعز صديقاتها . ماذا لو فازت ؟ ربما لن يسعدها هذا الفوز كثيراً ، أخبرتها أنها لابد وأن تُعِد نفسها للنتيجة الحتمية وهى أن واحدة منهما سوف تخسر ، حسناً ! بعد نقاش طويل ، اقترحت عليها فكرة : " سوف نعد تورتة للفائز وتورتة للخاسر ! ساعتها يمكنك أنت " ودارلين " أن تحتفلا معاً بالنتيجة " ، أعتقد أنه بهذا الاقتراح رأت " فريدى " أن الترشيح قد ينتج عنه ألم طفيف وليس انهياراً كاملاً وذلك فى حالة الخسارة . فهى سوف تكتسب خبرة كبيرة بمرورها بهذه التجربة التى سوف تفيدها كثيراً . وقالت أنها قد أعدت نفسها للحصول على تورتة الخاسر أيضاً . وعندما حان الوقت ، قامت بترشيح نفسها وكانت هى الفائزة .

- ساعد أطفالك الصغار على تحقيق نجاحات تكون فى مستوى قدراتهم . تقول واحدة من الأمهات " ابحث عن الأشياء التى

يستطيعون إنجازها بنجاح ، أوجد تحديات تكون في مقدورهم " . إن فرصاً كهذه تمكنهم من اكتساب المقدرة التي تقنعهم بأنهم أقوياء . شيء لا تستطيع أقوالك الشفهية أن تفعله . أخبرنا أحد الآباء وهو من بيئة ريفية كيف أنه استطاع بصورة تدريجية أن يدرب ابنه على المهام الأكثر صعوبة :

**في شهور الصيف ، كان " جاك " يلازمني دائماً في الحقل . عندما كان طفلاً صغيراً ، اشتريت له أول لعبة وكانت جراراً . ثم وضعته بعد ذلك فوق جرار بنزين صغير ، ومن بعده إلى جرار تجريف . وأخيراً تمكن من قيادة شاحنة من الحجم الكبير - كل هذا وعمره مازال عشر سنوات - كان كلما تمكن من التعامل مع ماكينة ما ، انتقل به إلى واحدة أكبر منها . عندما تنظر إليه وهو يفعل هذا ترى غلاماً صغيراً يقود شاحنة ضخمة أكبر منه مائة مرة ، لكنه كان يتعامل معها بقوة ، لدرجة إنني كنت أذهب لتناول غذائي تاركاً إياه بمفرده ؛ فقد كان يعرف ماذا يفعل .**

- كُن حذراً في اختيار الأنشطة التي يمارسها طفلك . لأنك بلا شك لا تريد أن تهدر فرصه في النجاح باختيارك أنشطة تكون فوق مستوى قدراته ، وعليك أيضاً أن تراقب اختياراته لأنشطته الخاصة ، فإذا اختار أنشطة صعبة وخارج حدود قدراته سيكتشف أنه لن يستطيع الاستمرار ويفقد حماسه ويتوقف في منتصف الطريق .
- راقب أي إشارة تدل على اهتمام طفلك بنشاط بعينه . فهناك بعض الأنشطة التي لن تثير لديه أي اهتمام ، بينما أنشطة أخرى قد تثير اهتماماً متزايداً لديه ، وقد يكون علامة لموهبة متوارية في

هذا المجال ، إذا مارس الطفل نشاطاً ما وأصبح متميزاً فى هذا النشاط فإن شعوره بالاستقلال سوف ينمو بشكل هائل .

- امتدح فى طفلك تميزه فى مجال ما ، وأضف إلى هذا أن تسأله النصيحة أو الرأى فى أمور تتعلق بهذا المجال ، تشرح لنا واحدة من الأمهات كيف ساعدها ابنها فى شراء أول حاسب آلى لها :

**لم أكن على دراية كبيرة بالحاسبات الآلية ، لكن " كيفين " كان ضليعاً بها . وقد فوجئت تماماً عندما قال لى : " حسناً ، يا أمى دعينا نعيد النظر فى الوحدة الخاصة بسرعة المعالجة وسوف نجعلها أبطأ هذه المرة " .**

- شجع أبناءك على اتخاذ القرارات . عوِّد نفسك على أن تقول لهم عندما يطرحون أسئلة : " ماذا تعتقد أنت ؟ " أو " قرر أنت " . يقوم الكثير من الآباء والأمهات باتخاذ القرارات لأبنائهم وحتى أبسط القرارات لأبناء هم قادرون تماماً على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم . أيضاً استخدم سؤال " ماذا ترى فى .... ؟ " فسؤال كهذا يشعرهم أنك تقدر أراءهم وترغب فى الاستماع لما يريدون قوله . وإذا كنت حقاً تقدر أراءهم عليك بتجنب العبارة الهجومية التالية : " أنت مخطئ " عندما يصدر أحدهم خطأً واضحاً فى رأى أو حكم . تنصح واحدة من الأمهات الذين التقينا بهم غيرها من الآباء والأمهات باستخدام عبارة ألطف اعتادت أن تستخدمها مع أبنائها عندما تختلف معهم فى الرأى ، وكان لها تأثير طيب وهى " يبدو أنك مخطئ " وهى عبارة ألطف وتشجع الأبناء على إعادة التفكير مرة أخرى بدلاً من الدفاع عن أنفسهم .

## الشجاعة والمثابرة

يؤكد " أينشتاين " على قيمة المثابرة عندما يقول أن الذى صنع نجاحه ليس موهبته خاصة وإنما هو نتاج المثابرة والثبات الصامد . ويعزو " أديسون " أيضاً انتصاراته العظيمة إلى المثابرة . إذا أنت اتخذت لنفسك مكاناً منعزلاً تحاول جاهداً أن تحتفظ بشعلة صغيرة متوهجة داخل ناقوس زجاجى مستخدماً فى ذلك أى فكرة ممكن تصورها تكون قد سمعت عنها أو قرأت عنها أو حتى حلمت بها - ولكن دون جدوى - كم تجربة مختلفة يمكنك أن تجريها بجد واجتهاد قبل أن تسلم بالعجز وتكف عن المحاولة ؟ عشرة ؟ خمسون ؟ ماذا تقول فى ألف تجربة ؟ أى شخص هذا الذى يمكنه أن يستمر فى المحاولة - والفشل - أكثر من عشرة آلاف مرة حتى ينجح ؟ ويكون فى قواه العقلية ، الإجابة هى : إنه شخص لديه كم هائل من الثقة والمثابرة

احترام الذات والمثابرة صفتين متشابكتين إلى حد كبير لدرجة أنها أصبحت مثل قضية الدجاجة والبيضة : من منهم تأتى أولاً ، هل احترام الذات يؤدى إلى المثابرة أم أن المثابرة هى التى تبنى احترام الذات ؟ بغض النظر عن أيهما يأتى أولاً ، اهتم بتنمية الشعور بالمثابرة داخل نفوس أطفالك وساعتها سوف ينمو - وبشكل طبيعى - الشعور باحترام الذات وتقديرها . شجع ابنك على مواجهة التحديات سواء كان ذلك بالانضمام إلى فريق رياضى ، أو التطلع إلى القيادة ، أو تعلم العزف على البيانو ، أو حتى تحدى فتوة المدرسة ، شجعه على ذلك واستمر فيه حتى يبذل أقصى جهد لديه ، ولا تقلق بشأن النتيجة ، فالأطفال يتمتعون بمرونة . لاشك أن طفلك قد لا ينجح فى

الانضمام إلى الفريق الرياضى أو فى أن يصبح موسيقاراً محترفاً . ما الضير فى هذا ؟ إن الفخر والإحساس بالرضا الذى يتأتى من القيام بهذه الأفعال يفوق هذه النتائج فى القيمة والأهمية ، إن إبداء الإعجاب بتصرفات الأبناء الشجاعة ـ وليس النتائج ـ يشجعهم على الاستمرار فى المحاولة .

إليك بعض الأشياء التى يمكنك أن تفعلها كى تعزز صفتى الشجاعة والمثابرة لدى أبنائك :

- أخبر أبناءك المندفعين أن روما لم يتم بناءها فى يوم واحد . قام " مايكل جوردن " لاعب كرة السلة الشهير بإحراز آلاف الأهداف قبل أن يحقق النجومية . أما " جيت بايلوت " فقد سجل آلاف الساعات من الطيران بالطائرات التقليدية قبل أن يتفوق فى قيادة ( ٧٤٧ ) ، يميل الأبناء إلى رؤية النتائج النهائية وورونق الأعمال المتألقة ، ولا يرون سنين التدريب والعمل الشاق التى تسبق هذا التألق .
- ارو لأبنائك قصص الآخرين الذين تحملوا الصعاب والتحديات القاسية لكى يحققوا أهدافهم وذلك بالمثابرة وثقتهم فى أنفسهم . كانت " هيلين كيلر " صماء عمياء ، لكن مساهماتها فى المجتمع كانت أكثر من مساهمات المبصرين السامعين ، أما " ألان شيبرد " فقد تدرب بجد لكى يصبح أفضل طيار فى العالم وكى يجلس على قمة محترفى الطيران الذين يستقلون الطائرة وينطلقون فى الفضاء غير واثقين من عودتهم مرة أخرى للأرض . المثابرة للاضطلاع بالعمل والقيام به بروح الشجاعة ، هذه هى الصفات الضرورية للعظمة والتميز .

أخبرنا أب وأم ممن التقينا بهم قصة بطلها ليس فى مثل سحر هؤلاء النجوم ، ولكن شجاعته لم تقل عن شجاعة هؤلاء الذين حققوا أعظم الإنجازات ، يمكن لهذه القصة أن تكون درساً مفيداً لأى طفل يشكو من أنه ليس لديه لعب أو ملابس كافية ، أو أنه لا يتمتع بجمال المنظر ، أو أنه لا يمتلك نقوداً كثيرة :

**نحن نعيش على قمة هضبة منحدرة ، وكان انحدارها شديداً مما جعلنا لا نصعد إليها مترجلين أبداً ، كما أن سيارة المدرسة لا تصعد إلينا ، ولذلك فهى تترك التلاميذ تحت سفح هذه الهضبة ويصعدون على أرجلهم . وكان التلميذ الوحيد الذى يعيش على قمة هذه الهضبة هو " رايموند ڤاليسكيز " ، وفى الساعة الثالثة والنصف من عصر كل يوم كانت سيارة المدرسة تتوقف لتنزل عددا من التلاميذ الذى يسرعون باتخاذ جانب الطريق أما الصغير " رايموند " الذى كان فى التاسعة من عمره تقريباً فكان آخر من ينزل من السيارة ليبدأ فى صعود هذا المنحدر البشع ، وقد كان لا يستطيع السير . كان مصاباً بشلل أو تصلب مضاعف فى عضلات الأرجل وكان ذلك يمنعه تماماً من استخدامها ، وكان يتحرك باستخدام ذراعيه كعكازين يستند إليهما ثم يرفع النصف الأعلى من جسده ويتحرك للأمام وهو يجر قدميه حتى تأتى تحته مرة أخرى . ثم يبدأ نفس الحركة مرة أخرى . كان منظرا يحطم القلب عندما تراه يتحرك هكذا ، خاصة عندما يواجهه عقبة فى الطريق فيضطر لأن ينزل عن الرصيف ثم يرفع أرجله فوق الرصيف مرة أخرى واحدة تلو الأخرى متخطيا العقبة ، لا أدرى أين كانت أم " رايموند " ؟ هل كانت تعمل ، أم أنها لم تكن تمتلك سيارة ؟ أم أنها كانت ترى أنه من الأفضل ألا تشعره أنه فى حاجة لاهتمام خاص ؟! كل ما أعرفه أنه كان صبياً شجاعاً ولطيفاً ، المرة الوحيدة التى صادفته فيها فى**

**الشارع ، كان يئن تحت ضغط المجهود الذى يبذله لكنه حين رآنى نظر إلى وابتسم أجمل وأدفأ ابتسامة رأيتها فى حياتى .**

- تجنب معاقبة ابنك بمحاضرات التأنيب والتهديد عندما يبتعد عن ممارسة الأنشطة . فهو عندما لا يكون واثقاً من قدراته يحتاج إلى الرفق وليس التأنيب أو التركيز على أنه غير موفق ، اجعله ينظر إلى النتائج نظرة بعيدة على أن يركز أكثر فى تأدية هذه الأنشطة وهذا ما سيصل به إلى قمة غايته .
- المثابرة والمماطلة كلمتان تبدءان بنفس الحرف ـ وهو الميم ـ لكن لكل منهما معنى مختلف تماماً عن الآخر . فواحدة منهما تعنى القدرة على الاستمرار ، فى حين تعنى الأخرى عدم القدرة على الاستهلال ، عرِّف هاتين الكلمتين بوضوح لطفلك وثبت هذا التعريف على الجدار ، وكما يقول أحد الآباء عن هاتين الكلمتين " إذا تمسكت بواحدة منهما وتجنبت الأخرى لن تخسر أبداً ، هذا على افتراض أنك تمسكت بالكلمة الصائبة . "
- وكما ناقشنا فى الفصل الثانى ، فإن العقل البشرى له أساليبه الخاصة فى فهم الأشياء وفى البحث عن دروب النجاح . عَلِم أبناءك أن يعتمدوا عليه وألا يقلقوا بشأن تنظيم كل شيء قبل البدء فى مهمة ما ( المماطلة ) . فهم حين يؤثر فيهم الخوف من ارتكاب الأخطاء ويكبل خطاهم ـ مثلما يحدث عادة للأشخاص غير الناجحين ـ فإنهم لن يخاطروا أبداً باتخاذ الخطوة الضرورية التى تدفعهم للأمام ( الشجاعة ) .
- أخبر ابنك أن الإقدام على رحلة تكون نتائجها غير مؤكدة يتطلب التحلى بالشجاعة سواء كان هذا يعنى التزحلق على أحد

المنحدرات أم محاولة الالتحاق بأفضل الجامعات . أخبره أيضاً أنه قد يضل الطريق في بعض الأحيان ، أو أنه قد لا يصل إلى غايته المنشودة . علمه أن يخطو أول خطوات التصحيح : أن يتوقف ويحلل الموقف ، اطلب منه أن يسأل نفسه : " إلى أين كنت أسير ؟ " ، " ما الخطأ الذى ارتكبته ؟ " ، " كيف أصحح خطأى ؟ " يشرح لنا أحد المدرسين الذين التقينا بهم هذه النقطة بالطريقة التالية :

**أنا أحب الأخطاء . فهي تعني لى أكثر مما تعنيه الإجابات الصحيحة ، لأنها إجابات آمنه بالنسبة لى تضمن لى أن التلاميذ يتعلمون ويجربون أشياءً جديدة غير مألوفة بالنسبة لهم ، فإذا جاءتنى أوراق الامتحانات بإجابات صحيحة تماماً من كل التلاميذ أشعر بالقلق لأنهم يفتقرون للشجاعة ، وأن قدراتهم الإبداعية لا تتطور . وهذا ينبئنى إلى حد ما أنهم أيضاً يفتقرون للإحساس باحترام الذات وتقديرها .**

- ساعد طفلك على تخيل النجاح قبل أن يبدأ ، وذلك بأن يرسم صورة نهائية للمهمة التى هو بصددها حين يتم إنجازها بنجاح . لقد رأى الرحالة " تشارلز لندبرج " نفسه وهو يصل لأوروبا قبل حتى أن يغادر أمريكا ، أما البطل الرياضى " بابِ روث " فقد أتى إلى ساحة الملعب أثناء واحدة من دورات الألعاب العالمية وأشار إلى حائط فى قلب الساحة ، وفى الدورة التالية خطط لأن يضرب الكرة فى نفس هذا الجدار .

- أخبرهم أنه لا أحد يتفوق فى كل شيء . فالظهير الأيمن " جومونتانا " الذى يتألق فى ساحات الملاعب قد لا يكون ممتازاً فى العلوم ! والعالم " ألبرت أينشتاين " قد لا يستطيع أن يقذف بكرة القدم ! لكن لكل منهما مساهماته الرائعة فى المجال الذى اختاره ، لم يتحسروا على الأشياء التى لم يستطيعوا إنجازها ، وبدلاً من ذلك وجهوا كل تركيزهم فى الأشياء التى يستطيعون عملها ثم صمدوا وثابروا حتى تفوقوا .
- حدد ما تتوقعه من ابنك ، بناءً على قدراته الظاهرة لك ، ثم اهدأ ولا تتوتر ؛ لأنك حين تتوتر تصبح كمن يقول له : " أعتقد أنك تستطيع أن تنجز هذا العمل ، لكننى غير واثق من هذا " ، كرر له أنه ما يهم فى المسألة هو أن يبذل أقصى جهد لديه ، وأن يُنهى العمل الذى بدأه ، وأن يتعلم من أخطائه .

## الإطراء

لا شك أن الإطراء شيء مهم لشعور الطفل باحترام الذات وتقديرها ، لكن الإفراط فيه واستخدامه فى غير موقعه يُفقد الإطراء الحقيقى تأثيره عندما يتطلبه موقف ما . كل إنسان يريد أن يعرف أنه ذو شأن وقيمة ، والإطراء هو أحد وسائل التعبير عن هذا الشعور ـ لكن هذا عند إنجاز عمل يستحق الإطراء فقط ـ أخبرنا أحد المستشارين عن واحدة من المدارس تعطى التلاميذ تقديرات لمجرد حضورهم للمدرسة ! ومدرسة أخرى تعطى ميداليات لكل أعضاء الفرق الرياضية سواء تميزوا فى أدائهم أم لا ، لابد للجوائز أن تحمل روح المكافأة ، أن تكون مقابل فعل يستحقها ، ودليل امتياز لعمل تم إنجازه ، يكمن

الخطر فى استخدام شارات التفوق باستخفاف فى أن الأطفال يعتمدون عليها ويتعمدون اختيار الأشياء التى يعرفون أنها سوف تجلب المكافآت ، وإذا لم يكونوا على ثقة من أنهم سوف يؤدون العمل بصورة تجعلهم يفوزون بشارة الجدارة ، أو أن المكافآت غير مؤكدة ، فهم يتجنبون ممارسة تلك الأنشطة .

كما أن الإفراط فى الإطراء يعطى نتيجة عكسية لما يريد الآباء والأمهات تحقيقه ؛ فهو يتسبب فى انخفاض الإحساس بالذات مصدره الغرور ، والاعتماد على الإطراء والافتقار إلى الإنجازات الفعلية . قام العالم النفسانى " هارولد ستيفنسون " من جامعة " ميتشيجان " بدراسة نتائج الإطراء الذى لا مبرر له ، واكتشف أن الأطفال الأمريكيين يفوقون الأطفال اليابانين والتايوانيين والصينيين فى ثقتهم بأنفسهم فيما يخص قدراتهم الرياضية ، ولكن من ناحية الأداء الفعلى ، فإن التفكير بأنهم عظماء لم يجعلهم عظماء . فمن ناحية أخرى لا يتلقى الأطفال الآسيويون إطراءً مبالغ فيه ، فهم لابد أن يعملوا بجد حتى يحصلوا على أى مديح ، وحتى حين يحدث هذا فهو يُمنح لهم باعتدال من آباء وأمهات حريصين ألا يدللوا أبناءهم ، لكنهم يدركون فقط أنه لابد من منح شيء من الإطراء .

الأطفال المدللون الذين تُلبى كل طلباتهم وتُمتدح أبسط أعمالهم ، وتُحيطهم الرعاية من كل جانب ، ولا يجبرون أبداً على النظر إلى عيوبهم ، هؤلاء الأطفال يدفعون الثمن بسرعة ؛ فلن يتقبل معلميهم ولا أقرانهم أو زملائهم إنجازاتهم العادية جداً ، وسوف ينتهزون كل فرصة كى يهاجموا اعتقادهم الخاطيء من أنفسهم بعبارة مثل : " وماذا فى هذا ، إنه شيء عادى جداً " .

إليك ما يمكن أن تفعله كى تغرس الثقة بالنفس داخل نفوس أطفالك ، وأن تتفادى الإطراء الخاطئ ، وكى تعلم أبناءك أن هناك أشياءً أكثر أهمية من المكافآت المظهرية . ( سوف نناقش هذا الموضوع بالتفصيل فى الفصل القادم ) :

- الأسلوب الوحيد الذى يجعلك تشعر أنك الأفضل هو أن تكون فعلاً أفضل ، علِّم ابنك أن يطوِّر مهاراته الذهنية والجسمانية والاجتماعية كى يستطيع أن يواجه التحديات بدون مكافآت مستمرة وتأكيد بأنه على ما يرام . يخبرنا أحد الآباء كيف أن ابنه الذى يبلغ من العمر عشر سنوات ، والذى كان أقصر وأنحف تلميذ فى فصله ، احتاج فقط لاقتراح عابر كى يحسن ويطور مظهره :

**كان " مارك " مثل أى طفل صغير يُبدى إعجابه بعضلات ذراعى التى أعتقد أنها بدت له كبيرة جداً ، كان يطلب منى دائماً أن أشد عضلات ذراعى كى يتحسسها . وعندما كان فى الصف الخامس أخبرته أنه يستطيع أن يبنى جسمه قليلاً بممارسة بعض تمارين الضغط كل يوم مثلما يفعل الجنود ، هذا كل ما قلته ، ولم أذكره أمامه مرة أخرى . باختصار ، قام " مارك " بتدريب نفسه لمدة ثلاث سنوات كاملة استطاع خلالها أن يغير من هيئة جسمه تماماً ، لم يستخدم فى ذلك رياضة أثقال أو أى شيء ، فقط تمارين الضغط ، بدأ بإجرائها عشر مرات كل يوم يزيدها مرة كل أسبوع ، وهكذا حتى وصل إلى ستين مرة تقريباً ، وفى نهاية عامه الأول الثانوى فاز بمسابقة المدرسة لتمرين الضغط حيث سجل ثلاث وثمانين مرة .**

- لا تمتدح كل ما يفعله طفلك هكذا بشكل اعتباطى ، فقط لكى تحثه على العمل ، سوف تفشل جهودك فى هذا ؛ لأنه بهذا لن يعرف أبداً الموضع الذى يحتاج منه إلى تحسين ؛ لأن كل شيء ممتدح ومثنى عليه . كما أن الآباء الذين لا يشيرون إلى تفوق أبنائهم فى عمل ما يضللونهم ويجعلونهم يفكرون فى العمل المتواضع على أنه لا بأس به .
- لا خير فى أن تبحث عن شيء تمتدحه فى ابنك ، لكن تأكد من أن هذا الشيء ذا قيمة لديه . فقد تعتقد أنه فعل شيئاً رائعاً ، لكن بالنسبة له قد يبدو عملاً عادياً جداً . سوف يشعر ابنك بالزيف ، ويكون محقاً فى هذا إذا رأى أن العمل السهل يحصل على نفس المديح الذى يحصل عليه العمل الصعب . لابد للعمل الصعب أن يكون له نصيب أكبر من الثناء والإطراء .
- لا تخدعك حيل أبنائك لاكتساب المديح ، انظر إلى الجهد الحقيقى وليس إلى محاولات استدرار المديح ، عندما ترى مجهودات ابنك متواضعة يكون أسوأ شيء تفعله هو أن تقوِّض هذا بإطراء لا مبرر له كى " يشعر بالرضا " ، وهذا لن يحدث لأنه يعرف أن مجهوداته مخادعة ؛ لذلك فإن الشيء الوحيد الذى يشعره بالرضا هو قدرته على خداعك ، مثال ذلك الصبى الماهر ذو العشرة أعوام الذى أجهض عمه الحاذق محاولة خداعه له للحصول على إطراء لا يستحقه .

**قال " جيفرى " إنه يريد أن يرينى " الكتاب " الذى يؤلفه ، وكان يسميه " حياتى " ، وقلت فى نفسى : " حسناً ، إنها بوادر مشروع أدبى طموح " ، ثم فتحت الكتاب ولم أجد غير ثلاث صفحات**

**ليس إلا ، ومسودة لا تدل على شيء ! ليس هناك مجهود يذكر أو أى تصور ، لقد أعجبته فقط فكرة تأليف كتاب . فقلت له : " دعنا نراه عندما تكتب شيئاً يا " جيف " . أى شخص يستطيع أن يشترى مفكرة حمراء صغيرة ، يجب أن تملأ هذه المفكرة بشيء شيق إذا أردت أن نقرأه " .**

- استخدم عبارات مديح محددة وليس مجرد عبارة " أنتِ بنت ممتازة " وحسب . فإذا قامت مثلاً بتجميع لوحة الصور المجزأة بسرعة امتدح سرعتها فى إنجاز هذا ، وإن استغرقت وقتاً أطول امتدح مثابرتها حتى انتهت منها ، وإن توقفت ولم تُكمل ، لا تمتدحها .

مع كل هذه التحذيرات من الرياء باستخدام المديح فى غير مكانه ، لا تنس النظر إلى الوجه الآخر من العملة بعين الاعتبار : فإجحاف الطفل حقه فى المديح حين يكون جديراً به يدمر ثقته بنفسه تماماً كما يفعل الإفراط فى المديح إن لم يكن أكثر ، حين لا تنظر بعين التقدير للإنجازات الحقيقية الصعبة ، ما الذى يحث طفلك على الاستمرار إن كان العمل الجاد الذى يؤديه لا يسعد أحداً ؟ فيقول لنفسه : " لا أستطيع أن أنجز أى شيء بصورة جيدة ، فما جدوى الاستمرار فى المحاولة ؟ " تذكر ـ كما ذكرنا فى بداية هذا الفصل ـ أن كل إنسان فى حاجة إلى تلقى التأييد والاستحسان ؛ لذلك عليك أن تمتدح ابنك بسخاء حين يكون هناك مبرر حقيقى لهذا ، ففى هذا الوقت بالتحديد يكون للمديح أكبر الأثر ، والأكثر تأثيراً ومعنى

بالنسبة لـه أيضاً ذلك الإحساس بالرضا الداخلى الذى يأتى مع الإنجازات الحقيقية ، هذا هو الجزء الحقيقى .

## الجوائز الحقيقية

تحقيق الفوز ليس كل شيء ، وكما ذكرنا عدة مرات خلال هذا الكتاب ، إن الفيصل فى المسألة هو الفعل نفسه ، والمشاركة والمحاولة ، إذا كنت تحب ممارسة رياضة البيسبول بأن تضرب الكرة بالمضرب ، ولكن متوسط قدرتك على ضرب الكرة مائة وخمسون ضربة . ما الضير ؟ ومن يهتم بهذا ؟ المهم هو النشاط والحركة التى تضرب بها ! وعلى العكس . إذا كان العدو نحو قاعدة البيسبول هو الهدف الوحيد لكل محاولاتك حيث تشارك فى الأشياء التى تتفوق فيها فقط . فإن إحجامك عن هذه المشاركات يحرمك من متعة الأنشطة ذاتها ومتعة صحبة الآخرين الذين يشاركونك تلك الأنشطة .

لابد للأنشطة أن تكون متأصلة ومجزية ، وإلا فلن يكون هناك جدوى من ممارستها ، إن ما يفعله الآباء والأمهات الذين تسيطر عليهم روح المنافسة هو أنهم يشجعون أبناءهم على ضرب الكرة والعدو وراءها فى الملعب كالمجانين . فقط لا تتوقف ، لا تنظر ، لا تستمتع ، عليك بالكرة وحسب ، سجِّل دورات عدو ، وقبل كل شيء اهزم اللاعبين الآخرين ، مثل هؤلاء الآباء الذين تسيطر عليهم روح المنافسة يقوضون بتصرفاتهم هذه شعور أبنائهم بالتشويق والإثارة ؛ لأن ما هو مفروض أن يكون مصدر متعة يصبح فجأة التزام . ماذا يحدث للطفولة عندما يُحمل كل شيء بتوقعات وآمال الكبار ذات

الضغوط الشديدة ؟ كيف يمكن للشعور باحترام الذات وتقديرها أن يتطور عندما يتعرض الأبناء لهذا الضغط والتوتر الدائم ؟

عادة ما يأتى هذا الأسلوب الخاطئ لدفع الأبناء للنجاح من آباء وأمهات هم فى حاجة لإعادة النظر فى مفاهيمهم الخاصة وتعديلها . وبطريقة لا إنصاف فيها يعتمدون على أبنائهم كصورة بديلة لهم للقيام بهذا التعديل ، يستغرق بعض الآباء والأمهات فى أنشطة أبنائهم لدرجة أنهم حين يفوزون يشعرون بزهوة الانتصار ، وعندما يخسرون يشعرون بالذنب لأنهم لم يقوموا بإعدادهم بالطريقة المثلى .

تتلخص المشكلة التى تنتج عن مثل هذه المفاهيم السطحية للآباء والأمهات الذين تسيطر عليهم روح المنافسة فى الآتى : لا يستطيع الأبناء أن يشعروا بمتعة الإنجاز من خلال شعور ينبع من داخلهم عندما يكون الفوز لآبائهم وليس لهم .

الأفكار التالية هى أفكار اعتمد عليها الآباء والأمهات الناجحون لمساعدة أبنائهم على إحراز الجوائز الحقيقة للمجهودات الشخصية :

- عندما يستهويك الاستغراق فى أنشطة أبنائك ، أو فى أى من المهام الأكاديمية التى تخصهم ، تراجع وانظر إلى الموقف مرة أخرى : قد تكون احتياجاتك أنت هى التى تحتل الصدارة ، فبدلاً من أن تعيش حياتك من خلال حياة أبنائك ، عليك بالآتى : راقب ولا تشارك ، شجِّع ولا تطلب ، والأهم من كل هذا أن تستحسن العمل الجاد لا المظهر . يخبرنا أحد الآباء الذين التقينا معهم كيف أنه فعل هذا :

**لم يحدث أبداً أن فاتني أى تدريب من تدريبات " كارين " فى لعبة كرة القدم ، لقد فاتتني بعض المباريات ، ولكن لم يفتني التدريب إطلاقاً ، فكان أداء الأبناء الذين يشاركون فى هذا التدريب يتضاءل تدريجياً وهم يستعدون للمباريات ويتراجع هكذا هجوم وتمرير ودفاع ـ وكنت أريدها أن تعرف أنني أراها . كنت أصطحب معى إلى ملعب كرة القدم ماكينة تقطيع قشر البرتقال ، وكان كلانا يتدرب : تتدرب هى على لعبة كرة القدم ، وأتدرب أنا على استخدام الماكينة .**

- ولأن الجوائز الحقيقية هى تلك التى تُحسن عاطفيا وفكرياً والتى تبقى وتدوم وتكون ذات قيمة . عليك إذن بالتأكيد على مثل هذه الجوائز . كان شعار أحد الأمهات هو : " امتدح العمل وليس الجائزة . " عندما يتجه تركيز الأبناء كله للجوائز الخارجية الملموسة مثل الجوائز التى يحصلون عليها مقابل درجات التحصيل الدراسى فهم بهذا يفقدون المغزى الحقيقى للسياسات المدرسية التى تحمل معنى أكبر من مجرد تجميع نقاط دراسية . يقول أب آخر : " نحن لا ندفع النقود لغير هذا ، الدرجات الدراسية هى فى حد ذاتها جوائز ، جوائز تتطلع إليها العائلة كلها وتفتخر بها " .

عندما يبدى الطفل اهتماماً بنشاط ما أو يفقد هذا الاهتمام ، عليك أن تكون أول من يلاحظ هذا وأن تؤكد له أنه لا ضير فى تركه لهذا النشاط ، يشعر الأبناء أحياناً بضغوط شديدة تجعلهم غير قادرين على المنافسة ، ضغوط من الممكن أن تدمرهم إذا لم يكونوا فى نفس مستوى

كفاءة الأعضاء الآخرين بالفريق ، كما حدث مع ابنة مدام " سوننبرج " ، الطفلة " تيرى " التى تبلغ من العمر ثمان سنوات والتى كانت أصغر لاعبة فى فريق البيسبول :

**كانت " تيرى " تعتقد أنها يجب أن تفعل كل شيء يفعله أخوها . وكان هو لاعب بيسبول ماهر ، وعليه كانت لابد أن تكون هى الأخرى لاعبة ماهرة ، لكنها لم تكن كذلك ، ولم تكن تستمتع باللعبة ، وكان جزء من المشكلة أن المدرب الذى كان يدربها كان يعتقد أنها تلعب فى الأولمبياد ، فى أثناء واحدة من المباريات ـ وكانت الأخيرة لها ـ انزعجت لأنها لم تتعرف على الإشارات . ورأيتها وهى تقف فى منتصف الملعب وهى ترتعد ، فهرعت إليها وسألتها إذا كانت تريد العودة للمنزل ، نظرت إلى والدموع فى عينيها وأومأت برأسها موافقة ، أخرجتها من الملعب على الفور ، وهناك ـ خارج الملعب ـ رأيت علامات ارتياح لم أرها قط على وجه طفلة صغيرة قد شعرت بالخلاص . أخبرتها أنه ليس هناك مشكلة فى ألا تكون لاعبة بيسبول ماهرة وأنه لا ضير فى هذا . أما هى فلم تمارس هذه اللعبة مرة أخرى بعد ذلك .**

أوضحت مدام " سوننبرج " لابنتها " تيرى " أنها مازالت تحبها وتقدرها حتى وإن لم تستطع النجاح فى ممارسة هذه الرياضة ، يمكنك أن تتخيل بشاعة الضغط الذى كانت ستعانيه " تيرى " إذا أصرت أمها على بقائها فى الملعب بل والتألق فى المباراة . للأبناء حقوق أيضاً يجب على الآباء والأمهات احترامها .

- ادفع بابنك خارج حدود المهام السهلة اليسيرة ، ابتعد به عن هذه المنطقة المريحة وشجعه على الاضطلاع بالمهام الأكثر صعوبة التى يكون مؤهلاً لها ، إن الذى يجعله يشعر بالرضا الشخصى هو مواجهة التحديات الصعبة واتخاذ قراراته بنفسه .

أخبرنا أحد الآباء عن ابنه الذى كان فى الصف الرابع عندما كان عليه أن يلقى لأول مرة تقريراً شفهياً أمام الفصل ، لاشك أن التحدث على الملأ هو أحد مخاوف الإنسان الفطرية ، وهو الخوف الذى تعرض له السيد " سولفان " بنفسه قبل ذلك :

> **كنت أدرك تماماً طبيعة شعور " جاك " وكذلك مدى أهمية إنجاز هذه المهمة بالنسبة له ، أخبرته أن القدرة على التحدث على الملأ هو تجربة ذات قيمة كبيرة فى هذه الحياة . وأخبرته أننى أيضاً كنت أهاب التحدث على الملأ فى بداية عملى ، فقال وعيناه محدقتان : " أنت أيضاً ؟ " أعتقد أنه شعر بشيء من الارتياح لإدراكه أن أباه قد شعر بنفس شعوره فى يوم ما ، فقلت له : " كل شخص يخاف أن يخطئ وأن يضحك الحاضرون من هذا ، لكن أتدرى ما الحقيقة ؟ جميعهم يخطئون ولا يضحك منهم أحد . لا تقلق من هذا ، انهض وتحدث أمامهم " . التحدث أمام الناس يتطلب قدراً من الشجاعة ، لكنها فى نفس الوقت تجربة رائعة لبناء الثقة بالنفس .**

يخبرنا أب آخر كيف أنه عندما ادخرت ابنته نقوداً تكفى لشراء سيارة قد زار معها كثيراً من معارض السيارات ، وقدم لها النصيحة إلى أى شيء تنظر وأى أسئلة تسألها ، لكنه لم يساعدها على اتخاذ القرار النهائى . " إنها ليست نقودى ، وليست سيارتى ، وليست مسئوليتى ، من أكون أنا حتى اتخذ قرارها لها ؟ "

- محاولة تحسين الأداء شيء جدير بالثناء ، ولكن معرفة متى وكيف يكون التراجع شيء يظهر امتيازاً - امتيازاً يتأتى من عدم القلق على إثبات النفس مرات ومرات - عندما يريد الطفل أن ينسحب من نشاط ما مثل الرياضة ، على سبيل المثال ، قد يكون هذا لأنه يفضل الأنشطة والمهام الفردية أكثر من الأنشطة الجماعية ، أو ربما لأنه شخصية مستقلة هادئة يشعر بمنتهى السعادة حين لا يتقيد بالزى الموحد . كما فى حالة " تيرى سوننبرج " ، وربما يكون لأنه ببساطة لا يستطيع أن يؤدى أداءً حسناً فى هذا النشاط وبالتالى لا يستمتع به . حسناً ، امتدح فيه إحساسه بالاستقلال وسانده فى قراره فهو يبين إحساساً متزايداً بالذات ، وتضاؤل الحاجة إلى تصفيق الآخرين .

لقد ناقشنا أشكالاً متعددة من قضايا احترام الذات وتقديرها ، وكل منها على قدر من الأهمية . لكن يبدو أن أفضل طريقة لجعل الأبناء يمارسون إحساساً عميقاً بقيمة النفس هو أن تجعلهم يشعرون بالمسئولية تجاه سعادة شخص ما ، عندما يقوم ابنك بعمل شيء ما صادق وحقيقى يوجه فيه تركيزه واهتمامه للآخرين وليس لنفسه ، فى هذه الحالة يحدث شيئين : الأول ، أنه يشعر بالهدوء وعدم التوتر لأن قلقه بشأن مستوى أدائه يكون أقل . والثانى ، أنه يتعلم درساً ثميناً فى العطاء والكرم - موضوعان سوف نتعرض لهما فى الفصل القادم . فعندما يتولى الأبناء مهاماً ذات شأن تُشعرهم أنهم ذوى فائدة وأن هناك من يحتاج إليهم ، فإن هذا الشعور يجعل إحساسهم باحترام الذات وتقديرها يزهر وينمو ، وتتضاءل مخاوفهم . مثل حالة

هذا التلميذ فى قصتنا الأخيرة التالية الذى تعلم درساً قيماً من أب واع وذكى .

كنت فى حوالى السابعة من عمرى وكنت أموت خوفاً من الذهاب إلى المعسكر الصيفى ، فلم أكن قد ابتعدت عن المنزل أبداً كما أننى لا أعرف التلاميذ الآخرين الذين سيركبون الأتوبيس ويرافقوننى ، نظر أبى إلىَّ فرآنى أقف هناك وأنا فى غاية التوتر ، فأخرجنى من الصف وانتحى بى جانباً وقال : " انظر إلى هذا الولد الصغير هناك ؟ " كان تلميذاً أصغر منى بعام تقريباً وأصغر حجماً منا جميعاً ، إنه يبدو خائفاً جداً ، أعتقد أنه يمكنك أن تساعده إذا حاولت أن تصادقه كى تساعده على تجاوز هذا الخوف ، ربما بأن تجلس إلى جواره فى الأتوبيس ، أليس كذلك يا " فيليب " . كان لهذا مفعول السحر معى وكأننى قد تناولت مهدئاً . أتذكر بوضوح أن الخوف قد زال عنى تماماً ، وعندما ذهبت إلى هذا التلميذ وحاولت أن أهدأه وأزيل عنه توتره ، [illegible] توترى أنا أيضاً .

## الفصل الخامس

# تعليم القيم

رائحة فطيرة التفاح الطازجة تصل إلى الشرفة الأمامية فى مساء يوم أحد دافئ بعد العودة إلى المنزل . المطبخ ملىء بالضحكات ، والأرض يفترشها الأبناء ، وصيحات ترحيب تصدر من الجد ، والجدة تستقبل الأقارب والجيران ، وحتى الكلاب التى تتبع الرائحة سعيدة وراغبة فى مشاركة العائلة فى هذا الطعام الطيب ، حوارات ودية وصداقات حميمة تلك التى تبعث الحياة فى مجتمعهم النابض بالحياة .

هل هذا الوصف يمكن أن يحدث فى أيامنا هذه ؟ احتمال غير قائم ، ربما منذ قرن مضى ، أما اليوم فالشرفات خاوية ! هذا ما اكتشفته الكاتبة " آمى سالتزمان " عندما حاولت أن تحدد كيف وإلى أى مدى تغيرت قيم الناس فى مجتمعنا التنافسى الحديث .

فى الصفحات الأولى من كتابها ( نحو التغيير ) تصف الكاتبة مفهوم " الجيرة " وكأنه ينم عن مدينة أشباح : منازل أنيقة كثيرة وشوارع جميلة وشرفات مريحة ، ولكن بلا أناس .

أين ذهب الناس جميعاً ؟ إلى المراكز التجارية ؟ إلى المكاتب للحاق باجتماع آخر ؟ أم أنهم مجتمعون فى غرف منازلهم المنعزلة المعتمة ملتصقين أمام أجهزة التلفاز يتابعون المسلسلات التلفزيونية ؟ أينما كانوا ، إنهم ليسوا بالشرفات ، إنهم يقضون الوقت مع عائلاتهم وأصدقائهم كما اعتادوا أن يفعلوا قبل ذلك .

فى هذا الفصل سوف نبحث ماذا وراء افتقارنا للقيم كأمة وكحضارة ثم نُعرِّف ونُحدد القيم ، وكيف استطاع الخبراء الحقيقيون - من الآباء والأمهات - نقلها لأبنائهم ، ثم نذكر تلك القيم التى يعتقد هؤلاء الآباء والأمهات أنها الأكثر أهمية ، وسنورد أمثلة كثيرة لصور وأساليب تعليمية يمكنك اتباعها ، وأخيراً سوف نخصص جزءاً كاملاً لقضية النقود - تلك " القبمة " التى يبدو أنها احتلت مكان القيم كلها .

## أين ذهبت كل القيم

لماذا أصبحت الشرفات خاوية ؟ إن أحد الأسباب هو أن قِيَمِنَا أصبحت خاوية . لقد تغير مجتمعنا ، ذلك المجتمع المترابط قد أصبح الآن مجتمع غرف نوم . فقدت دور العبادات روادها . معدل فشل الزواج يتزايد بشكل غير عادى ، أما معدل الطلاق فقد تضاعف منذ سنة ١٩٦٥ . لم نعد نتعلق بهذا الدفء الصادر من القلب وهذا الشعور بالمشاركة الذى كان يسود المجتمع الذى اعتمدنا عليه فى وقت ما كى يساعدنا على تشكيل قيم أبنائنا . إلى أين تتجه أنظارنا الآن ؟ ومن أين يتعلم أبنائنا قيمهم ، هؤلاء الأبناء الشغوفون الذين كانت قصص

رحلات البحارة تستهويهم فى يوم ما ؟ الإجابة هى : مشاهدة التلفاز الذى يفسد قيمنا العامة كأمة .

## التلفاز

التلفاز فى حد ذاته ليس شراً ، لكن تبعيتنا له هى الشر . لقد ذكرنا فى بداية هذا الكتاب كيف أن تبعيتنا الزائدة للتلفاز تشوه نظرتنا للواقع وكل ما له من أهمية ـ أو ما يجب أن تكون عليه ـ وكيف أننا قد سلمنا قيمنا لمجموعة من الناس ليشكلوها ، فى حين أن مهمة هؤلاء الناس الوحيدة فى الحياة هى أن يبيعوا للمعلنين ساعات إرسال تجارية ، سوف نُتهم بالتهاون إذا لم نعرض ونقيم مرة أخرى فى هذا الفصل قضية التلفاز ودوره الرئيسى فى حياتنا .

طبقاً لاستطلاع قومى للآراء أُجرى منذ سنوات قليلة على عدد ٢٢٠٠ أب وأم ، ثبت أن القيم التى كانت فى يوم من الأيام تحدد معالم مجتمعنا قد سقطت وتهاوت على جانبى الطريق . فقد أجاب عشرة بالمائة فقط على السؤال التالى : " ما القيم التى تُحب أن يتمسك بها أبناؤك فى حياتهم ؟ " الإجابة " أن يتعلموا أن يعملوا بجد " . أما " مساعدة الآخرين عندما يكونوا فى حاجة للعون " فقد نظر إليها أربعة عشر بالمائة فقط على أنها شيء ذو أهمية كبيرة .

فىَ يناير من عام ١٩٩٥ عُرض فيلم ثقافى وثائقى يناقش الآثار الضارة للمشاهدة المفرطة للتلفاز على المدى البعيد ، كان أحد المشاهد اللاذعة والمستفزة بهذا الفيلم على وجه الخصوص يظهر غرفة مليئة بالأطفال الصغار التى تتراوح أعمارهم بين عدة أشهر إلى عشر سنوات تقريباً وهم يشاهدون التلفاز ذات صباح قبل أن يستيقظ والداهم من

النوم . كانوا قد عثروا على شريط فيديو لفيلم رعب يصور سفاحاً يعتدى بوحشية على ضحية عاجزة مستخدماً فى ذلك سكيناً ، كانوا فى مواقعهم تلك وهم يشاهدون هذه المشاهد الدموية قد تحولوا أيضاً لضحايا . فقد ثبتوا وتحجروا فى أماكنهم مصعوقين بمشاهدة تلك المذبحة البشعة ، غير قادرين على إغلاق التلفاز .

كان واضحاً أن الأطفال الذين يتراوح أعمارهم بين خمس وست سنوات يشاهدون الفيلم بدون إظهار كثير من المعاناة . فى حين تظهر فتاة فى العاشرة تقريباً وهى تحتضن طفلاً صغيراً يصرخ رعباً مما يشاهده وهى تحاول تهدئته مما أضاف إلى هستيرية المشهد كله .

أظهرت دراسات كثيرة أخرى أن هناك علاقة مباشرة بين المشاهدة المفرطة للتلفاز ، والافتقار إلى القيم فى عصرنا هذا . أحد مشاكل التلفاز هى أنه كلما استغرقنا فى مشاهدته لوقت أطول وأطول كلما أصابنا التحجر فى المشاعر حيال ما نراه من مشاهد جنونية على الشاشة ، لذلك فهو مثله مثل أى إدمان يتطلب جرعات أكثر وأكثر طوال الوقت حتى يتم الإشباع .

ولكن ماذا عن الأبناء ؟ أوضحت الدراسات مراراً وتكراراً أنه عندما يشاهد الأطفال بشكل متكرر مشاهد العنف والاغتصاب الجماعى أو أى مضمون بعينه ـ طلباً للرعب الناتج عن مشاهدته فقط ـ فإنه حتى الأطفال الصغار يفقدون حساسيتهم فى النهاية ويصبح من السهل عليهم مشاهدة هذه المشاهد بدون أن يصيبهم الانزعاج ، هل يصبح من العجب بعد ذلك أن الجريمة مستمرة فى الحدوث بمعدل مرتفع مع عرضها فى التلفاز بشكل مستمر ؟!

تقول واحدة من الأمهات :

**فى القرن الثامن عشر كانت القيم تُنقل إلى الناس من خلال الأعمال الأدبية والدينية . الآن يقوم التلفاز بهذا الدور ، حيث لا يكون شيء سيئاً جداً إذا كانت الرسالة التى ينقلها ليست دائماً : استهلك ، تنافس ، كن جميلا ، مارس العنف حتى تنال ما تريد " . أليس هذا شيئاً جميلا ؟ يظهر اهتمام أكثر هذه الأيام من الجهات المسئولة بضرورة التدقيق فى مثل هذه الأشياء مثلما حدث مع شخصيتى الرسوم المتحركة " بيفيز " و " باتثيد " تلك الشخصيات التى تتسم بالإهمال والاستهتار ، أنا أحاول أن أربى أبنائى كى يصبحوا أشخاصاً أسوياءً مهذبين ، كيف يتسنى لى هذا وأنا أكافح مثل هذا الهراء .**

الإعلانات التجارية ليست هبة روحية هى الأخرى . فمن تراه يتقاذف المنتجات المعلن عنها ؟ رواد العمل الاجتماعى ، العلماء ، الأطباء النفسانيين ، المتطوعين ، الضباط أو غيرهم من هؤلاء الذين يتصفون بالشجاعة والكرم والتضحية والانتماء للوطن ؟ لا ، لا أحد من هؤلاء ، من يفعلون ذلك هم لاعبوا كرة السلة .

فى لقاء أُجرى مع دكتور " ميشيل بولونسكى " ــ وهو أستاذ بجامعة نيويورك ومحلل للحضارات واتجاهاتها ـ فى محلات " نايك تاون " الحديثة والتى تقع على طريق " ميتشيجان " بولاية " شيكاغو " ، قدم إشارة واضحة إلى تلك الحضارة الجديدة من الفتنة والجمال والقوة والإثارة ، والتى حلت محل القيم القديمة من الاحتشام والفضيلة والتواضع . لكن الأطفال لا يخدعون بهذه السهولة ؛ فهم يدركون بفطرتهم أن للحياة معنى أكبر من هذا ، لكن ماذا يحدث إذا

اعتمد الأطفال على التلفاز بمفرده كى يمدهم بالإجابة ؟ إنه لن يساعدهم في هذا ، بل سيجعلهم يشعرون بالحيرة واليأس . إليك تلك الإحصائية التعسة التى أظهرت الآتى : إن حوادث انتحار المراهقين قد تضاعفت ثلاث مرات فى العشرين سنة الأخيرة !

وهذا يعنى زيادة قدرها ٢٠٠ بالمائة فى حالات اليأس . وهذا له علاقة كبيرة بافتقاد الأطفال للمثل العليا فيما يشاهدونه على شاشة التلفاز .

ومع بلوغهم سن المراهقة ، يدرك أبناء التلفاز فجأة أنهم لا معتقدات لديهم أو قيم بعينها يصوغون حياتهم فى إطارها ، وليس ذلك لأن أغلب هؤلاء الأبناء لا يشنقون أنفسهم كى يتخلصوا من يأسهم . وهذا لا يعنى أنهم فى حالة نفسية جيدة . مع كل هذا الرسائل المختلفة والمختلطة التى تأتيهم من التلفاز والمدرسة والمعلمين والرفاق والآباء والأمهات ـ كُل يدور فى فلكه الخاص ـ كيف يستطيع أبناء هذه الأيام أن يشعروا بالاطمئنان لمعتقداتهم وبالسلام مع أنفسهم ؟ كيف يستشعرونه فى أعماقهم الحقيقية ؟ كم منهم يشعر بالأمان وكم منهم يكافح لكى يفهم هذا الجنون الذى يحيط بهم ؟ لسوء الحظ ، لم تعد الإجابة فى متناول أيديهم ولا فى استطاعة التلفاز !

## الرفاق

السبب الآخر الذى يجعل الأطفال يفشلون فى تحقيق ميل جيد فى اتجاه القيم هو ضغط الرفاق ـ القوة المسيطرة التى تضطلع بمهمة التعريف بالقيم نيابة عن الآباء والأمهات المتغيبين ـ وكما رأينا فى

الفصل الأخير عندما لا يلتزم الآباء والأمهات بتربية أبنائهم ، يبحث الأطفال عن رفاق يستمدون منهم الحب والمساندة . وليس هناك طريقة للقبول لدى جماعة ما أفضل من تبنى أفكار هذه الجماعة وقيمها . المشكلة هى أن الأفكار التى يتبناها الأطفال هذه الأيام بعيدة تماماً عن الأفكار التى كانت سائدة فى الأيام السابقة ( أيام الشرفة الأمامية ) . وما يحدث هذه الأيام هو ما يحدث منذ ثلاثين عام مضت ، أصبح لدينا الآن نظرة مختلفة تماماً للأشياء ، وكما يتذكر أحد الآباء :

**بالنسبة لنا ، كان غاية ما نصل إليه من تهور هو أن تأخذ مفاتيح سيارة أبى ذات الغطاء المتحرك عندما يكون خارج البيت مع أمى . أتذكر أننى كنت أمر على أصدقائى بالسيارة ونخرج معاً فى نزهة بالشوارع الخلفية حيث يحصل أحدنا على علبة سجائر من مكان ما . دعنى أخبرك أن هذا كان بمثابة عمل خطير . فى أيامنا هذه لا يخرج الأبناء فى نزهة بالسيارة ، إنهم يسرقون ويسطون للحصول على نقود لتعاطى المخدرات .**

بدون منهاج شخصى للأخلاق يستقى منه الأبناء قراراتهم الحساسة والمنطقية يصبح هؤلاء الأبناء ـ الذين يسهل تشكيلهم والتأثير عليهم ـ عُرضة لكل أنواع الاقتراحات الفاسدة ما تقوله الجماعة يؤثر فيهم ، ولسوء الحظ يكون هذا التأثير سيئاً ما لم يكن لديهم التزام حقيقى بالدين والقيم الاجتماعية .

سوف نناقش ضغوط الرفاق بتفصيل أكثر فى الفصل القادم ، ولكن كتمهيد لهذا ، ضع هذا فى ذهنك : الآن وقد أصبح الأطفال يواجهون قضايا الكبار فى سن مبكرة بشكل لم يحدث من قبل مثل : الجنس ،

الانحراف ، إدمان المخدرات ، والجريمة ، الآن هناك حاجة ماسة للعودة للقيم القديمة التى أثبتت جدارتها . يمكنك أن تتجنب المشكلات بأن تضع خطة عمل بمساعدة الاقتراحات التالية من الآباء والأمهات الناجحين والناجحات :

- مهما كانت القضايا التى تواجهها يجب أن تكون على دراية بها ، تعرَّف على لغة الشارع ، على أنواع المخدرات السائدة والتأثير التى تحدثه السلوكيات المنحرفة ، وما هو متوقع من رفاق ابنك .
- تحدث مع ابنك عن ضغوط الرفاق نفسها ، ناقش معه الأسباب التى تدفع بعض الأبناء لمحاولة إغراء الآخرين لافتقارهم للقيم واحترام الذات وبحثهم عمن يؤيدهم فيما يفعلون .
- أخبر ابنك بطريقة غير مباشرة ـ تتجنب فيها إصدار الأحكام ـ أن عائلات رفاقه لا يتمتع أفرادها بنفس أخلاق وقيم وتدين عائلته . وأشرح له ضرورة أن يؤمن بشيء ما ، وأن يكون له مُثُل عليا ذات أصول من اللياقة والالتزام .

## التنافس

فى مجتمعنا التنافسى الذى يصيبك بالحيرة والارتباك يُعرِّف الكثير منا النجاح على أنه حصيلة ما تكسبه ويربط بينه وبين زخرف النجاح والسيارة الفارهة . إن التنافس المفرط والرغبة بالفوز فى السباق بأن نعدو بأقصى ما لدينا من سرعة كى نصل لجرة الذهب التى ليس لها وجود يكلفنا ثمناً باهظاً ؛ ففى حمى رغبتنا الشديدة بالفوز

بالسباق القائم نكتشف ـ بعد فوات الأوان ـ أننا قد خسرنا لعبة الأبوة ، ثم يأتينا ندم منتصف العمر ، والرغبة الجارفة فى أن نحيا مرة أخرى تلك السنوات التى قضيناها فى العمل بدلاً من تواجدنا بالمنزل حيث يأتى المعنى الحقيقى للحياة من المشاركة والحب . إذا استطعنا أن نرفع تلك النظارة السوداء عن أعيننا للحظة واحدة ، سوف نرى أن الألوان الحقيقية لقوس قزح هى قيمنا ، وأن جرة الذهب هى أبناؤنا السعداء الأسوياء .

اكتشفت " آمى سالتزمان " فى بحثها عن التحول وأسبابه أن كثيراً ممن تعرضوا لأزمة منتصف العمر قد أخطأوا ترتيب أهدافهم ، ثم واجههم فجأة ذلك المأزق : تُرى ، هل يستمرون فى شعار البحث عن " النجاح " كما اعتادوا أن يفعلوا فيما سبق أم يضعوا لحياتهم السريعة هذه معنى يدوم طويلاً . أعاد الكثير منهم تقييم نظرتهم للنجاح وقرروا أن يهدؤا من حدة السباق وأن يكون تقدمهم فى أعمالهم أفقياً لا تصاعدياً ، أو حتى يغيروا مجال عملهم تماماً كى يجدوا وقتاً أطول يقضونه مع عائلاتهم . فقد بدا عليهم أنهم قد مروا بدائرة كاملة : لقد تركوا منازلهم وآبائهم وأمهاتهم كى يدرسوا ويحصلوا على عمل ، وانضموا لسباق النجاح ، ثم عادوا إلى المنزل مرة أخرى ، ولكن هذه المرة كآباء وأمهات ، عادوا للأشياء التى تمثل لهم معانى كثيرة ، للأشياء التى يقدرونها حق التقدير .

# ما هى القيم

يقول " ريتشارد ماك كورمك " أستاذ علم الأخلاق بجامعة " نوتردام " عن القيم : " القيم شيء مهم ومجز ومفيد لنا ؛ لذلك فنحن نقدرها ونحترمها ونلتمسها ونشكل حياتنا فى إطارها " . القيم إذن شيء عظيم الشأن والمعنى ، وهى الأساس الذى تبنى عليه حياتنا كلها . تقول الكاتبة " ماريان إيدلمان " ، وهى أيضاً مؤسسة صندوق حماية الأطفال : " إن قيم وتقاليد العائلة هى تلك التقاليد القديمة التى يجب علينا أن نعيد اكتشافها مرة أخرى " . لكى نحصل على فهم أفضل لمفهوم القيم وماذا تعنى ، دعونا نلقى نظرة على مجموعة متعددة من التعريفات :

القيم هى :

- مقاييس نستخدمها فى تحديد الغث من الثمين ، الصواب من الخطأ ، المهم من عديم الأهمية .
- معتقدات نتمسك بها تحدد نظرتنا لقضايا بعينها .
- معتقدات تحدد هويتنا .
- معيار شخصى للأخلاق .
- معتقدات تشكل الرابطة بيننا وبين المجتمع .
- مفاهيم وأفكار يحدد بها المجتمع معالمه .
- معتقدات تتأتى من الدين والقانون والمواثيق .
- مثل عُليا وقواعد أو تقاليد تشكل سلوكنا .

- أشياء مهمة تتحكم فى حياتنا وتؤثر على طريقتنا فى الحياة .
- رموز وصفات مثل : الاستقلال ، الطموح ، الشجاعة ، الاجتهاد ، التفاؤل ، التعليم ، الاحترام ، الأمانة ، الاستقامة ، التسامح ، ضبط النفس ، الكياسة ، العدالة ، الشرف ، الكرم ، الإيمان ، التواضع ، حب الوطن ، الروحانية ، الصداقة ، السماحة ، الحب .

ما مصدر هذه المثل العليا التى تسيطر على حياتنا ؟ إنها جماع كل المعتقدات التى تسود مجتمعنا وتنتقل عبر الأسرة ووسائل الإعلام والمدرسة وأماكن العبادة والأصدقاء والمؤسسات ، ولهذه المعتقدات درجات متفاوتة من الأهمية لدى مختلف الناس ، فمثلاً : الشخص الذى يعيش بمدينة كبيرة قد يقيم الاستقلال والتمدن أكثر من شخص آخر يعيش فى مجتمع ريفى ينظر إلى قيم الصداقة والإيمان نظرة أكثر أهمية ، أما صاحب العمل فهو يقيم الشجاعة والاجتهاد ، فى حين يأتى التعليم وضبط النفس على قمة قائمة القيم الخاصة بالمدرس ، لكن الشئ المهم جداً بخصوص هذه المعتقدات التى تشكل هويتنا أننا نتعلمها من آبائنا وأمهاتنا .

وجد الآباء والأمهات الناجحون أن القيم مثلها فى ذلك مثل كل العناصر المؤثرة الأخرى ، تبدو أفضل ما يكون فى العائلة التى يعامل فيها الأبوين بعضهم البعض كما يعاملون أبناءهم بالاحترام والحب والإعجاب فى كل الأعمار وفى كل المواقف ، بما فى ذلك تلك العائلات التى لها أب فقط أو أم فقط . إن المذاهب الدينية المحافظة والأحزاب السياسية التى ظهرت حديثاً تنادى بفكرة " القيم العائلية " ، وقد استأثروا بهذه العبارة وكأنها ملك خاص لهم ، فى

الوقت الذى يعززون فيه أهمية العائلة التى يجتمع فيها الأب والأم معاً . لكنهم لا يحتكرون المبادئ الأخلاقية ، وربما لا تمثل وجهات نظرهم أخلاقاً بأى حال إذا كانوا لا يعدون التسامح كفضيلة من الفضائل .

نحن نفتقر إلى حد كبير ـ فى هذه الأيام ـ إلى القيم القديمة ، لكن ليس معنى هذا أن نقول أنها قائمة فقط فى العائلات ذات البنية التقليدية . لقد تغيرت هذه البنية العائلية إلى حد بعيد واختلفت عن تلك الأيام التى كان فيها عنوان امتياز الآباء هو أبناء منظمين متزمتين لا يخلقون مشاكل ، كثير من العائلات هذه الأيام يقودها أب ( أو أم ) بمفردد ، أو أبوان يختلفان فى الجنسية أو الديانة ـ وقد تقابلنا مع نماذج منهم خلال دراستنا هذه . لكن وعلى الرغم من اختلاف البنية إلا أن هناك ثلاثة أشياء لم تتغير وهى : الطريقة التى تبدو عليها القيم ، والقيم نفسها ، والغرض منها . إنها أشياء ضرورية لتربية أبناء يتدعمون بالأخلاق والكرم والاحترام والصدق والالتزام بالقانون ؛ ليصبحوا أُناساً أسوياءً يشعرون باستقلالهم ويحسنون التعبير عن أنفسهم ، والأهم من كل ذلك أنهم قادرون على أن يكون لهم دور وإسهامات فى المجتمع . لم يستطع أحد أن يعبر عن هذا مثلما فعلت " ماريان رايت إديلمان " عندما قالت أن أبويها قد علماها أن الحياة عبارة عن خدمة نقدمها للآخرين ، وأن هذه الخدمة هى : " الأجر الذى ندفعه كى نحيا ، فهى ليست إذن شيء نفعلهُ فى أوقات فراغنا "

أم أخرى عبرت عن ذلك بالطريقة التالية :

**أنا لست امرأة حديثة السن ، لكنى أؤمن بالعاقبة الأخلاقية وأنك تجنى حصاد ما تزرع ، إنه المبدأ الصحيح الوحيد فى الكون ، وهو المبدأ الذى يجب أن نحيا به ، أنا لا أهتم بالحياة بعد الموت ، لكنى أهتم بالحياة قبل الموت ، وما نستطيع أن نفعله كى نجعل حياة الآخرين أفضل ، هذا هو سبب وجودنا ، وهذا ما علمته لأبنائى الثلاثة الذين كبروا ليصبحوا أشخاصاً رائعين يتصفون بالشهامة والكرم .**

## تعليم القيم

هل إذا أُتيحت الفرصة لابنك كى يغش فى الامتحان دون أن يُكتشف أمره ، هل يفعلها ؟ ماذا لو استطاع أن يؤثر فى رفاقه بكذبة يطلقها فتسىء لسمعة شخص ما ، فى حين تُحسِّن صورته هو ؟ هل يكون لديه الشخصية التى تقاوم مثل هذا الانتهاك لأخلاقياته ؟ تعتمد إجابات هذه الأسئلة على نظرته لما هو صواب وما هو خطأ ـ النظرة التى تستطيع أنت وحدك تعليمها له من خلال سنوات من الاقتداء بالقيم التى تريد نقلها إليه .

أهداف الخبراء الحقيقيين هى أن يغرسوا فى أبناءهم تدريجيا دستوراً من الأخلاق من خلال الأمثلة التى يُقتدى بها والتوجيهات الأخلاقية المباشرة .

وهم لا يعنون بكلمة ( غرس ) أن " يعرضوا لها مصادفة حين تعترضهم " وإنما يعنون إيماناً حقيقياً متأصلاً بها . وكى تحقق هذا ، أنت فى حاجة لأن تقترب من بعض العناصر المؤثرة الأخرى التى سبق وناقشناها .

أولاً ـ **التواصل** : تذكر أن المحاضرات الكلامية لا تجدى نفعاً ، خاصة فى حالة تعليم سلوك أخلاقى . ربما تصلح بعض التوجيهات المباشرة ، لكن اعلم أنه حين تسأل السؤال الصحيح بالأسلوب الصحيح فإنها أفضل طريقة لتوضيح وجهة نظرك وأكثرها فاعلية .

ثانياً ـ **الذكاء** : اجعل أسئلتك مثيرة للانتباه تجبر الأبناء على التفكير ، اسأل أسئلة تحفز الذهن مثل : " ماذا لو عثرت على محفظة مليئة بالنقود فى الشارع ؟ فى اعتقادك ماذا يجب أن تفعله ؟ ماذا لو رأيت وأنت فى المتجر طفلاً يسرق ؟ ما هو التصرف الصحيح الذى يجب فعله ؟ "

ثالثاً ـ **التأديب** : كما سبق ورأينا أن انتقاد السلوك الخاطىء ليس بالفكرة الجيدة على الإطلاق ، لكنها وعلى وجه الخصوص فكرة سيئة عندما يصاحبها حكم سيئ على الأخلاق ، لا يجب النظر إلى مواطن الضعف على أنها زلة خلقية ويجب أن تعامل تماماً مثلما نعامل الشخص الذى يسقط وهو يهبط منزلقاً من فوق أحد المنحدرات . إن أفضل عون تقدمه لهذا الشخص المنزلق هو أن تبين له موضع خطأه ، ثم ترشده إلى طريق الهبوط أسفل المنحدر حتى يمكنه أن يتبع أثرك .

تعبر واحدة من الأمهات ذات البصيرة النافذة عن هذا قائلة :

**الأطفال مهيأون لتَعلُّم إصدار الأحكام السليمة . إنهم مهيأون لذلك بالفعل ، لكن ليس هناك داع لتعجل هذا ؛ لأنهم مازالوا صغاراً ، إنه لشيء مذهل أن ترى كثيراً من الآباء والأمهات يقولون لأطفالهم الصغار : " تصرف كشخص ناضج ! "**

تخبرنا أم أخرى كيف يمكن لأحكام الأبناء أن تكون بعيدة تماماً عن الهدف :

**لهذا السبب يحتاج الأبناء لآباء وأمهات : إنهم لا يفتقرون للحكم الجيد وحسب ، لكنهم أحياناً لا يكون لديهم أحكام على الإطلاق ، اتصل بنا " ويلى " من موقعه البعيد حيث يدرس فى السنة الأولى بالجامعة لكى يسألنا إذا كان من الممكن أن يذهب مع أصدقائه للاشتراك فى مسابقة لأكل البيتزا جائزتها مائه دولار - على بعد أربع ولايات من مكانه ، قلت له : " حسناً ، إنها فكرة جيدة . لتكن قيادتك للسيارة بسرعة متوسطة ومن داخل البلاد ( كانت المسافة حوالى ألف ومائتى ميل ) ، لا تنم ولا تستذكر دروسك وأنفق المائة دولار التى ستكسبها على بنزين السيارة على أى حال . لحظة واحدة ، والدك يريد أن يتحدث معك فى هذا الموضوع ، ارفع السماعة يا بيل " .**

تذكر قضايا احترام الذات وتقديرها الذى ورد ذكره فى الفصل السابق ، عندما تتعلق المسألة بالأحكام الخلقية ومفهوم الصواب والخطأ ، فأنت تتعامل مع منطقة حساسة بشكل خاص ترتبط ارتباطاً مباشراً بتقدير النفس . تأكد أن أسلوبك فى توصيل أى رسالة خلقية مفهوم وهادئ تُحمل به ابنك المسئولية كاملة عن الخطأ الذى ارتكبه ، ولكن فى نفس الوقت اغفر له هذه الأخطاء .

## القيم الاستقلالية

منح القيم وغرسها لا يعنى الاقتداء بنسخ مطابقة وحسب . وإنما يعنى الاقتداء بتلك المعتقدات التى تعتز بها وتعليمها لابنك أيضاً ، ثم تتقبل بصدر رحب استقلال ابنك ورغبته فى تعديل هذه المعتقدات . يحذرنا أحد الآباء قائلاً :

**" أكدوا فى كتابكم بوضوح على أننا لا نتوقع من أطفالنا أن يصبحوا مثل الإنسان الآلى . فهم إن لم يؤمنوا بأخلاقياتهم الخاصة وإن لم يستطيعوا التمييز بين الصواب والخطأ بمفردهم ، فلن يستطيعوا أن يقاوموا ضغوط رفاقهم لعمل أشياء لا يجب عليهم أن يفعلوها " .**

أب آخر عبر عن ذلك بالطريقة التالية :

**وبينما يتقدم الأبناء فى نموهم باتجاه المراهقة ، تطرأ عليهم تغيرات كبيرة ، يجب على الآباء والأمهات أن يتكيفوا مع هذه التغيرات . قد يظلوا ملوكاً متوجين كما كانوا ، لكن الأبناء لن يظلوا عبيدا صاغرين ، سيصبح لديهم الرغبة فى أن يصبحوا فرساناً للمائدة المستديرة .**

يأتى الخطر من تنشئة أطفال مطيعين بدرجة مبالغ فيها ، أطفال يتبنون قيم آبائهم وأفكارهم ، ثم بسلبية واستسلام يتصرفون بالطريقة التى يعتقدون أنه من المفترض أن يتصرفوا بها ، وعندما تعترضهم إغراءات بانتهاك تلك القيم لا يستطيع هؤلاء الأبناء أن يستدعوا

معتقداتهم الداخلية لأنهم يفتقدونها جميعاً ، فتكون النتيجة أنهم عندما يوضعون فى موقف معين تكون استجابتهم له عشوائية وافتراض متهور وهذا يختلف تماماً عن الاستجابة الواعية التى تنبع من مجموعة من المعتقدات الشخصية ، إن تحمل مسئولية أفكار وأفعال الفرد لا يمكن فرضها أو الإجبار عليها .

الآباء والأمهات الذين يحاولون أن يُملُوا سلوكاً أخلاقياً معينا على أبنائهم يفاجئوا بأن أبناءهم يتمردون على أبسط الأخلاقيات ، لابد للإحساس بالمسئولية أن ينمو داخلياً من بذور الاستقلالية التى يزرعها آباء وأمهات على استعداد دائم لأن يجعلوا أبناءهم يشعرون بمشاعرهم الخاصة ويشكلون هويتهم الذاتية . يؤمن الآباء والأمهات الناجحين الذين التقينا بهم أن محاولة التأثير على قرارات أبنائهم الخلقية أو وعظهم بمواعظ معينة هى من أكبر الأخطاء ، وهذا لا يعنى أنك لا تستطيع أن تشرح وجهة نظرك ، بل لابد أن تفعل هذا ، هنا يأتى دور الأسلوب المباشر لتعليم الأخلاقيات ، لكنه عادة لا يكفى ، فكما رأينا من قبل ، يحتاج الأبناء لمن يعلمهم كيف يعيشون فى إطار أخلاقى .

## القدوة النموذجية

فى أغلب الأوقات يكون من الصعب تفسير القيم تماماً مثلما لا تستطيع أن تشرح كيف تنزلق هابطاً لأسفل المنحدر ، ربما تكون خبيراً فى الناحيتين ، لكن هاتين المهارتين من الصعب تفسيرهم ونقلهم للآخرين بشرح شفهى مجرد . تماماً مثلما تنزلق هابطاً المنحدر جاعلا ابنك يتبعك فيما تفعله . إن الاقتداء بنموذج سلوكى يضرب

مثلاً للقيم والمفاهيم الأساسية التى تؤمن بها هو الذى يجعل ابنك يستوعب هذه المفاهيم بشكل طبيعى .

كان الخبراء الحقيقيون موضع دراستنا يرون أنفسهم فى أدوار مختلفة ، فهم تارة يقومون بدور الصديق ، وتارة أخرى يقومون بدور المعلم أو الطبيب النفسانى ، أو بدور وزير ، أو بوليس ، أو ضابط ، أو مدرس أخلاق ، لكن كان دور المدرس هو الأصعب فيما يخص القيم . فكيف يمكنك أن تُعلِّم شخصاً ما أن يكون " أخلاقياً " ؟ لأن القيم تختلف عن العلوم الأخرى مثل الجبر مثلاً حيث تكون فيه المعادلات ثابتة وجافة . أما مفاهيم " الأخلاق " و" القيم " و" المثل العليا " فهى معانٍ مجردة دقيقة وغير ملموسة ليس من السهل أن يتم شرحها على السبورة .

يقول أحد الآباء : " إنه لكى تدرك داخلياً كيف تبدو الليلة الصافية المرصعة بالنجوم ، لابد وأن تخرج للهواء الطلق حتى تستطيع أن ترقب هذا عملياً " . بالمثل ، لابد أن يرى الأطفال آباءهم وأمهاتهم يتصرفون ( لا أن يتحدثوا فقط ) أسلوب أخلاقى . فى نهاية هذا الفصل سوف نقدم قائمة بالقيم التى يعتقد الآباء والأمهات الناجحين أنها أكثر القيم أهمية ، لكن دعونا أولاً نبدأ ببعض الأساسيات الرئيسية التى يرون أنها يجب أن يشار إليها على أنها من الأساسيات اليومية .

- عامل الآخرين من خلال مراعاتك لمشاعرهم .

قد يبدو هذا كلاماً مستهلكاً وبالياً ، لكن اتبع القاعدة الذهبية التى تقول : عامل الآخرين مثلما تود أن يعاملوك ، إن الأبناء فى حاجة لأن يروا آباءهم وأمهاتهم وهم يعاملون الآخرين بتسامح

لذلك عليك بإظهار تسامحك كأساس يومى ، سواء كان هذا بأن تمسك بالباب مفتوحاً لشخص ما كى يمر ، أو أن تدع الآخرين يتخطوك بسياراتهم ، أو بالاتصال بالمطعم لإخبارهم أنك سوف تتأخر على الموعد الذى سبق وحجزته . تذكر أن الأبناء يتعلمون كيف يعاملون الآخرين بنفس طريقة معاملة آبائهم وأمهاتهم للآخرين .

- قدم مساعدتك وتعاطفك لمن هم فى حاجة لها .

هناك فى كل يوم مناسبات كثيرة يمكنك أن تظهر تعاطفك من خلالها . روى لنا أحد التلاميذ أنه فى يوم ما كان يقود سيارته فى نقطة تقاطع ، ورأى فجأة كهلاً يسير على عكازه وقد توقف فى منتصف الطريق فى الوقت الذى تغيرت فيه الإشارة إلى اللون الأخضر . وبينما انطلقت السيارات مسرعة ، صرخت امرأة ذعراً لهذا الموقف وقفزت من سيارتها وقامت بدور رجل الشرطة وأوقفت الإشارة وعبرت بالرجل إلى مكان آمن .

- كُن صبوراً ومتفهما لوجهات نظر الآخرين .

احترم الناس بثقافاتهم المختلفة . قال أحد الآباء :

**" عليك بتقبل الجميع بدون شروط ، كُن قادراً على تكوين صداقات مع هؤلاء الذين يختلفون معك فى الديانة أو الآراء السياسية ، تذكر أن أبناءك يراقبونك ، وإذا أردت لهم أن ينشأوا بعقول متفتحة وأن يحترموا أفكار واحتياجات الآخرين ، من الأفضل لك ألا ترد على التعصب بتعصب مثله .**

- عليك بطاعة القانون .

إذا أردت من أطفالك أن يطيعوا القانون فمن الأفضل ألا تحتال لتخفيض ضريبة دخلك .

## كُن تقدمياً

كُن تقدمياً لا رجعياً . فإن كنت تتوقع أن ابنك سوف يتلقى لكمة فى بطنه فى يوم ما ، عليك بتقوية عضلات بطنه ، وهكذا .. لا تنتظر حتى يحدث شيء ما كى تناقش الأسباب التى أدت إلى حدوث هذا الشيء . قاوم المشاكل فى مهدها بأن تحصن أبناءك بالمعلومات والأنشطة التى تعزز أخلاقياتهم . وكما سبق وذكرنا فى الفصل الثالث ، إن العائلات الناجحة تعقد اجتماعات شهرية أو نصف شهرية لمناقشة القضايا المختلفة ، منها ما هو متعلق بالتأديب والسلوك وما هو متعلق بالقضايا السياسية والاجتماعية ، كما يشرح لنا الأب هذا الأمر :

**كنا قبل اجتماع العائلة ، نجلس أنا وزوجتى لوضع خطة للاجتماع مثل أى اجتماع عمل مهم . فتُعد جدول الأعمال مسبقاً حتى لا يضيع وقت الاجتماع ، ولنتأكد من أن الجلسة ستكون محفزة للأبناء ، وكنا نعرض مواضيع متعددة ، لكنها عادة ما تكون عن مواضيع الساعة والقضايا الاجتماعية التى نعتقد أنها مهمة . كنا نبدأ الاجتماع بأى اقتراح مقدم من الأبناء ثم نؤكد على عرض القضايا الأخرى التى أعددناها قبل أن تنفض الجلسة .**

عندما يكون الأطفال صغاراً وغير قادرين على الجلوس فى الاجتماعات العائلية ، يمكنك القيام بخطوة تقدميه أخرى كى تغرس فيهم القيم المهمة : مثل أن تروى لهم قصصاً أو تقرأها لهم ، اختر بعناية الأعمال الأدبية بناءً على قدرتها على التهذيب والإلهام ، كانت القصص القديمة التى تُروى للأطفال تنقل إليهم رسائل قيمة تستهوى عواطفهم وتخيلاتهم ـ المنطقتين الأكثر فاعلية فى عقولهم . قال أحد المدرسين الذين تحدثنا إليهم :

**بمجرد أن يتعلم الأطفال ، لا ينسون أبداً المغزى وراء الشخصيات التى ترد فى القصص التى تروى لهم مثل الأسد والفزاعة ( خيال المآتة ) والرجل التنين وغيرهم . ظهر حديثا كتب تشارك فى تعليم الأطفال . وهى أفضل من أى كتب ظهرت قبل ذلك بما تحتوى عليه من صور ورسومات توضيحيةٍ . وإذا أنت تمعنت فيما هو معروض من الكتب سوف تجد كماً هائلاً من الأعمال الأدبية التى تُعلم الأخلاق والقيم وهى شيء جيد . نحن فى حاجة إليه الآن أكثر من أى وقت مضى .**

عندما تتشابك معان مثل : الانفعال ، والمرح ، والخوف ، والسرور ، مع الرسائل الأخلاقية يصبح للعبارات المجردة مثل " الولاء " و" الشجاعة " معنى عميق . ويسترسل المدرس قائلاً : " إن التأثير العاطفى لهذه الروايات هو الذى يطرح أفكاراً بدون أن يشعر بها أو يدركها الأطفال " . ولأن الأطفال يحترمون الأبطال وينظرون إليهم نظرة خالدة مخلصة لا يحبها الآباء عادة ؛ لذلك من الممكن أن

يكون لهذه القصص أسلوب مؤثر فى تعليم المفاهيم المهمة لا يمكن أن تتحقق من خلال محاضرات كلامية .

بالإضافة للقراءة والاجتماعات العائلية ، لا تغفل إطلاقاً المؤسسات الاجتماعية القديمة مثل جماعة الكشافة للأولاد وجماعة الكشافة للفتيات ، والفرق المصغرة للبيسبول وكرة القدم وغيرها من الفرق الرياضية ، والأنشطة الأخرى التى تُمارس بعد أوقات المدرسة مثل : جمع الطوابع ، والرقص ، ودروس الموسيقى ، والفروسية ، والنوادى المختلفة ، والممارسات الدينية .

شجع أبناءك على المشاركة فى الجمعيات القائمة التى تهدف لخلق الحس الوطنى والروح الرياضية . لقد لاحظ أحد الآباء الذين التقينا بهم اهتمام ابنته المبكر بالسياسة ، لذلك فقد جعلها تتصل " بفتيات الولاية " وهى جمعية تقوم بتجميع التلميذات من المدن المختلفة كى يلتقوا بمبنى البرلمان حيث يعقدون انتخاباً على غرار الانتخابات الحقيقية .

مثل هذه المشاركات لا يجب أن تترك للصدفة أو لأمل فى أن يقوم أحد أصدقاء ابنك بدعوته للالتحاق بواحدة من هذه الجمعيات . عبر أحد الآباء ـ وهو رئيس كشافة سابق ـ عن ذلك قائلاً :

> **اطرح اقتراحك ( للانضمام بأحد النوادى ) بأسلوب مغر . تحدث عن شيء مغر ، لابد أن تثير خيال ابنك بأن تصف له ما سيفعله ، والمتعة التى سوف يحصل عليها ، وأحياناً يجب أن تطرح النشاط الجديد على أنه امتياز سوف يكونون محظوظين إذا استطاعوا أن يشتركوا به ( هذا إن استطعت أن تشركهم به ) .**

إذا كان اقتراحك لهم رتيباً روتينياً مثل : " من منكم يحب الانضمام لكأس الكشافة ؟ " فسوف تكون إجابتهم غالباً هكذا : " لا ، نحن نفضل مشاهدة أفلام الرسوم المتحركة طوال اليوم ، لكن شكراً للسؤال على أى حال " .

لأن القيم والأخلاق هى مفاهيم مجردة يصعب الإمساك بها ، يمكنك أن تتخذ موقفاً غير أبوى تشارك فيه أطفالك صعوبة اكتساب سلوك أخلاقى جيد ، حيث يمكنك أن تحدثهم عن المرات التى ارتكبت فيها أخطاءً خلقية ـ فهذا يخفف عنهم الإحساس بالذنب الذى يشعرون به عندما يرتكبون أخطاء مثلها كما تخفف الضغط الواقع عليهم خوفاً من ارتكاب أخطاء ـ فأنت لا تريد لأبنائك أن يشعروا كل يوم كأنهم يمشون على أطراف أصابعهم عبر حقل ألغام .

كان لأحد الآباء طريقته الممتازة فى تقوية علاقته بأبنائه على أساس علاقة الصديق بصديقة :

**لم يكن أبنائى قد وصلوا إلى سن المراهقة بعد ، كانوا بين العاشرة والثانية عشر من عمرهم ، حين شعرت بأنهم مستعدون لعلاقة شخصية أكثر حميمية . فكنت آخذ كل واحد منهم علي حده فى رحلة تقتصر علينا نحن الاثنين فقط . كنا نذهب بعيداً فى رحلة نهاية أسبوع طويلة نقوم عادة خلالها بزيارة الأماكن التاريخية أو البحث فى تراث عائلتنا . كنت أريد لهذا الوقت الذى يجمعنا معاً أن يكون وقتاً تعليمياً ، لكن السبب الآخر كان لترسيخ العلاقة التى تجمعنا ، أعتقد أن رحلات نهاية الأسبوع هذه كان لها أثر كبير على نموهم وأعتقد أيضا أنها جعلتنا أكثر قرباً من بعضنا البعض .**

# أهم القيم على الإطلاق

فى دراسة للثقافات العالمية الأساسية والمختلفة ، وجد الباحثون أن هناك عدداً من القيم تحوز على قبول عام . ومن بين هذه القيم التى صمدت مع الزمن ، قام الآباء والأمهات الناجحين باختيار القيم التالية ، بدون ترتيب خاص ، كأهم القيم على الإطلاق لتلقينها لأطفالهم .

## الشجاعة

الشجاعة هى الخلق الذى يتسلح به الصغار ضد ضغوط الرفاق ، إنها الشيء الذى يجب أن يعتمدوا عليه عندما يتم إغرائهم بعمل أشياء هم على دراية بخطئها . من الممكن أن يتسبب الإحباط الذى يشعر به الطفل بسبب افتقاره للشجاعة وغياب الثبات الداخلى ، الذى يمكنه من مقاومة الإغراءات المحرمة ، فى إدمان المخدرات والكحول والممارسات الجنسية السيئة وحتى الانتحار .

الشجاعة هى التى تساعد الأبناء على رؤية ما وراء الإغراء المباشر والصريح بالأفعال المحرمة ، الاتسام بالشجاعة يعنى أيضاً أن تكون قادراً على رؤية الضوء فى نهاية النفق المظلم ، أن تكون قادراً على مواجهة الصعوبات والإيمان بالنفس لدرجة تدفعك للتقدم مدركاً أنك سوف تصل لغايتك بسلام .

كيف يمكن تنمية صفة الشجاعة ؟ لقد ناقشنا فعلاً أساليب كثيرة استخدمها الآباء والأمهات فى غرس احترام الذات والثقة بالنفس فى

نفوس أطفالهم ، يُعد كل منهم عنصراً أساسياً للشجاعة : شجع ابنك على الإقدام على المخاطرات دون أن تقلق بخصوص النتائج ، اتركه يتخذ قراراته بنفسه دون أن تنتقدها إذا كانت قرارات خاطئة ، اتركه يعبر عن مشاعره وأفكاره بصراحة ودون رقابة أو اعتراض .

تقوى فضيلة الشجاعة وتشتد أيضاً عند حدوث تغيير غير متوقع . إن أحداثاً مثل الانتقال إلى سكن جديد ، أو وفاة أحد الأقارب ، أو حيوان أليف ، أو تغيير المدرسة أو عندما يحدث طلاق بين الأبوين كلها أشياء تتطلب حديثاً من القلب للقلب يؤكد للأطفال أن هذه الأوقات الصعبة سوف تمر إذا هم تحلوا بالشجاعة والتصميم كى ينظروا إلى هذه الأحداث من خلالهم . أخبرهم أن الصدمات والأزمات جزء من الحياة وتخطى هذه الصدمات الآن سوف يساعدك على التعامل مع الصدمات الأخرى التى سوف تحدث فى المستقبل حتماً .

يتذكر أحد الآباء مشهداً من الطفولة يبين بوضوح كيف تكون الحياة عندما يعجز الطفل ويكبل بسبب افتقاره للشجاعة .

**كانت هناك بحيرة ذات حجم كبير قريبة من الطريق الرئيسى حيث كان يذهب إليها كل الأطفال لمارسة رياضة التزحلق على الجليد فى أعياد الميلاد . لمدة سنوات كنت أرى أبى يخرج ومعه عصا التزحلق الطويلة كى يمارس هذه الرياضة . وعندما أصبح عمرى حوالى عشر سنوات بدأت فى ممارستها . لكن كان هناك طفل آخر - يبدو أكبر منا فى السن فى حوالى الثانية عشر من عمره تقريباً - يقف على شاطئ البحيرة ممسكاً بعصا التزحلق لا تساعده شجاعته على الدخول إلى داخل البحيرة معنا جميعاً . كنت أشعر بالأسى له ، كان يقف هكذا يراقب ما يراه لبعض الوقت ، يضع أحياناً إحدى قدميه يتحسس الجليد بها ، ثم يركب دراجته ويبتعد فى هدوء ، لم**

أره أبداً يتقدم داخل الجليد ، لكنـى رأيتـه مـرات كـثيرة وهـو يقـف هناك راغباً فى ذلك .

ساعد أب آخر ابنه على تنمية صفة الشجاعة لديه عندما قـاده إلى طريق مـألوف وهـم يتنزهـون فـى منتـزه عـام معـروف بانتشـار الـدب الرمادى به .

كان " جيرالد " فى الخامسة عشر فقط من عمره عندما أخذتـه فـى رحلة لوادى الدببة . كنا نتسلق طرق وعرة مزدحمة بالناس فقلت لـه أخيراً : " هناك أناس كثيرون فى هذا الطريـق ، فـى الخريطـة التـى معى هناك طريق آخـر غـير مسـتخدم إذا أردت ، يمكننـا أن نسـلكه لنرى إلى أين يصل بنا . " قال " جيرالد " : " عظيم ! " لكننـى قلـت أذكره : " الشيء الوحيـد بخصـوص هـذا الطريـق أنـه غـير مسـتخدم وهادئ ، فإذا كان يوجد دببـه بالمنطقـة فلابـد أنهـم موجـودون بهـذا الطريق حيث لا يزعجهم المتنزهون . قـال " جيرالـد " : " لا يهمنـى هذا يا أبى ، إذا لم تكن خائفاً ، أنـا مسـتعد للـذهاب . علينـا فقـط أن نحدث صوتاً كى نخيفهم فيبتعدوا ، أليس هـذا صـحيحاً ؟ " فقلـت : " نعم صحيح " ، فقال " جيرالد " : " سوف نقوم بالغناء ونحن نسير بالطريق حتى يعرفوا أننا قادمون " . واسترسل قائلاً : " هيا بنا " .

## الطموح

الطموح فى أحد تعريفاتـه هـو : " السـعى بنشـاط نحـو الهـدف . " وتعريف آخر يقول : " هو رغبة جادة للإنجاز . " هـل رأيـت ذات مرة طفلاً صغيراً وهو يختبئ خلف رداء أمه ؟ إنه لا يبدو طموحاً فـى

موقعه هذا ، أليس كذلك ؟ هذا شيء طبيعى لطفل عمره ثلاث سنوات ، لكن بعض الأبناء يظلون فى موقعهم هذا للأبد . ليس لديهم شجاعة أو طموح . ويظل الطفل هكذا حتى تجذبه أمه برفق من خلف هذا الحاجز الواقى فتنمو لديه الرغبة فى الخروج إلى منطقة أخرى غامضة بالنسبة له . هذه الرغبة هى ما نسميها الطموح .

إن الطموحين من الناس يعانقون الحياة ويتمكنون منها . فهم يتمتعون بروح الفضول والتفاؤل المشرق الذى هو بمثابة الوقود لأى فتح جديد . من أين تأتى هذه الروح ؟ من البذور التى يزرعها الآباء والأمهات كى تحفز أبناءهم على البحث عن التجارب الجديدة والطرق غير المطروقة ، تلك الطرق التى تقود لغاية غير مؤكدة .

اقترح أحد الآباء على ابنه الذى يبلغ خمسة عشر عاماً من عمره أن يهتم بمشروع طموح سوف يعلمه أن يثق فى قدراته على إنجاز الأعمال غير العادية .

**عندما قرر " لى " أنه يريد أن يصبح متزحلقاً على الأمواج ، ساندته في ذلك من صميم قلبي فقد كنت أمارس هذه الرياضة أيضاً عندما كنت في مثل سنه ، عدا أننى كنت أعيش فى هاواى وقتها ، أما الآن فنحن نعيش في ميامي ، اختلاف كبير ، لكن على أى حال ، أخبرته كيف أننى قد قمت بتصميم وبناء لوحه ركوب الأمواج الخاصة بي عندما كنت في الرابعة عشر من عمرى ، فقد بدأت من الخطوة الأولى وهى مرحلة صنفرة لوح البحر الخام الذى اشتريته ثم قرأت عن الزجاج المعزول ومادة الراتينج الصمغية وكيف أصنع الزعانف ، وكانت النتيجة رائعة . لم يفكر " لى " مطلقاً في شيء كهذا ، لكنى أصبت الهدف باقتراحى هذا ، فقد قام هو أيضاً ببناء لوحة ركوب الأمواج الخاصة به ، وقد أحبها كثيراً ، ليتك رأيت**

**اهتمامه بالتفاصيل الصغيرة . وقد قام بصنفرة كل خطوط الوصلات وعندما أتم بناءها قام بطلائها باللون الأصفر الزاهى ، وقبل أن يخرج بها كتب عليها عباراته المفضلة .**

أما هذا التلميذ الذى تم تشجيعه كى يبذل جهداً وهو طفل صغير ، فهو يتذكر كيف أنه استمتع إلى حد كبير بعملية شراء شيء ما بعد أن قام بعمل بحث شامل قبل شرائه .

لم يكن أبى من النوع الذى يفعل كل شيء لى . عندما أردت وأنا فى السابعة من عمرى أن أشترى طيارة ذات محرك يعمل بالبنزين ، أخبرنى أبى أن اتصل بكل المحال التجارية بنفسى ، واسأل عن سعر الطائرة وإمكانياتها . كنت أريد طائرة يمكنها أن تنقلب فى الهواء وتقوم بطيران بهلوانى ، بعد انتهائى من هذا العمل أصبحت خبيراً بما هو موجود بالسوق وما الشيء الذى يمكننى أن أشتريه . وعندما اشتريت طائرتى كنت على يقين أنها أفضل طائرة موجودة بالسوق . كان هذا يعنى الكثير بالنسبة لى أكثر من مجرد ذهابى مع أبى إلى أى متجر كى يشترى لى أول طائرة أراها .

## الروحانية

إن الإيمان الروحانى الشديد يمنح الأطفال نوعاً من الشجاعة ، شجاعة تباعد بينهم وبين الجنس والمخدرات وما شابه ، بل تفعل ما هو أكثر من هذا . إن الإيمان الدينى يفضح أفكار مذهب المتعة الذى يسيطر على وسائل الإعلام والذى ينادى بأن أهم شيء فى هذه الحياة هو الثروة والمتعة التى تستمتع بها الآن فى هذه اللحظة ، يساعد

الإيمان بالدين الإنسان على النظر إلى ما وراء الأشياء الظاهرية سريعة الزوال ، كما أنه يقوى عزيمتهم كى تقاوم تيارات الإغراء .

أخبرنا كثير من الآباء والأمهات أن أهم شيء بالنسبة لهم بخصوص مسألة الدين والإيمان هو مفهوم الحب ، ولا يهم من أين تأتى هذه الرسالة المحملة بالحب من الإنجيل أم من التوراة أم من القرآن أم من أى رسالة إلهية أخرى . يقول أحد الآباء :

لقد تعلمنا أن نوقر الله من خلال معاملتنا لبعضنا البعض بالحب والاحترام والتقدير الذى نريده لأنفسنا ، وبأن نسامح الجميع ونغفر لهم ـ بما فى ذلك أنفسنا ـ عندما نعتقد أننا قد ارتكبنا خطأ ما . إن الشيء الأكثر فاعلية الذى يستطيع أن يتعلمه الطفل الصغير هو أن يشكر الله على نعمه . إن أبناءنا فى حاجة لأن يقضوا وقت الصلاة يشكرون الله على عونه لهم ، لا أن يسألوه مزيداً من الممتلكات التى لا يحتاجونها .

كانت واحدة من الأمهات تُذكِّر أبناءها دائماً أن يتوقفوا بين الحين والآخر كى ينظروا لأنفسهم بالمرآة .

" انظر إلى عينيك . إنهم مصابيح روح ، ومن خلالهم ينفذ الضوء انظر إلى أذنيك ، إلى أنفك ، إلى فمك ـ إنهم آية فى الخلق . كن شاكراً لما منح لك واعتنى به ، امنح حبك للجميع " . دائماً ما أذكر تلك المقولة القديمة لأبنائي " لم يوضع الحب فى قلبك كى يبقى هناك . لا يُعد الحب حباً حتى تمنحه لمن حولك " . إذا تعلم الأبناء أن يؤمنوا بهذه الفكرة البسيطة إيماناً حقيقياً سوف يشبون سعداء ، وسوف يكفون عن محاولة الحصول على كل شيء ، ويتعلمون أن الحياة عطاء للآخرين .

## الصداقة والأمانة

اعترف السيد " ويليامز " ـ وهو محام ناجح اعتاد أن يفكر ملياً فيما يقول ـ أنه لم يكن مستعداً فى ذلك اليوم الذى جاءته فيه ابنته الصغيرة " سوزى " ذات الست أعوام وهتفت قائلة : " قال " لين بورزر " إنه ليس هناك بابا نويل ! " كان عليه أن يقيم الموقف بسرعة . وهى فى السادسة من عمرها كانت " سوزى " صغيرة جداً كى يغامر بتدمير الصورة التى فى خيالها عن بابا نويل وعن تلك السنوات التى اعتادت أن تتلقى خلالها هدايا من القطب الشمالى ، من ناحية أخرى . إذا حاول أن يحافظ على صورة بابا نويل بكذبة فاضحة يخبرها للابنة الصغيرة التى جاءته الآن كى تضع هذه القضية أمامه ، فسوف يجىء اليوم الذى تكتشف فيه هذه الطفلة التى وثقت به أنه قد كذب عليها . ستعرف فى السطور التالية كيف تعامل السيد " وليامز " مع هذ المأزق " :

**كنت دائماً أرى أنه يجب عليك أن تعلم طفلك الأشياء التى تعتقد أنها الأكثر أهمية وتضحى بالأشياء الأقل أهمية . وفى هذه الحالة ، كان الصدق هو القضية الملموسة والأكثر أهمية ، لقد جاءت إلىّ ابنتى وقد وضعت ثقتها بى وتريدنى أن أوضح لها هذه المسألة : هل هناك بابا نويل أم لا ؟ لم أفكر أبداً أن أكذب عليها هذه الكذبة الصارخة على الرغم من أن هذا هو التصرف الوارد والسهل للخروج من هذا المأزق ، هل أفعل هذا واستمر فى محاولاتى لتعليمها فضيلة الصدق عبر سنوات عمرها ؟**

بعد ذلك استرسل السيد " وليامز " يشرح لنا كيف أنه انتهز هذه الفرصة كى يتحدث إليها عن إيمانه بالله .

**لأننى أردت أن أكون صادقاً تماماً مع " سوزى " ، فقد وجدت أنه ليس هناك أفضل من هذا الوقت كى أشرح لها تصورى عن " الله " . أخبرتها أنه نعم ليس هناك بابا نويل ، لكن هناك رب . " ليس لأن الشيء محجوب ولا نستطيع أن نراه أنه غير موجود " . وقلت لها : " الكهرباء موجودة فى كل مكان ، لكن ليس من الضرورى أن يصيبك تيار صاعق حتى تعرفى أنها موجودة " ، ولأننى كنت صريحاً معها فيما يخص الأشياء الغامضة التى لا نستطيع أن نراها . فإن صدقى معها فى الحديث عن " الله " لا نستطيع أن نراه لأنه محجوب عنا مثل بابا نويل قد وجدت أذناً صاغية لديها .**

لقد أدرك السيد " ويليامز " أن الصدق قادر على أن يكون موضع ثقة . من دروس كهذه يتعلم الأبناء أن يدركوا مسئولياتهم فى أن يكونوا صادقين مع الآخرين . وبهذه الطريقة فقط يتمكنون من الاستمتاع بشعور حقيقى بالصدق والأمانة الشخصية .

تخبرنا أم أخرى " مدام موريني " كيف أنها قد تعلمت أهم دروس حياتها على الإطلاق وكان عن الصدق ، والذى كان لسوء الحظ نتاج تصريح غير صادق من أمها هى . تعيد إلينا قصتها هذه ما سبق وذكرناه خلال هذا الكتاب : إنك دائماً محط أنظار أبنائك وأنهم يراقبون سلوكك طوال الوقت ، لذلك إذا أنت خذلتهم فإن النتائج قد تكون مدمرة .

**دعني أخبرك لماذا لم أكذب على أبنائي أبداً ولماذا علمتهم أن الصدق شيء مهم جداً . لقد قضيت طفولتي في إيطاليا ، وفي يوم ما قالت لي أمي إنها ذاهبة للسوبر ماركت ، ولكنها لم تعد منه أبداً . انتظرتها يوماً بعد يوم لكنها لم تعد لمدة خمس سنوات ـ وإنني أتذكر كل يوم من هذه السنوات القاسية الموحشة ـ وكانت قد ذهبت لأمريكا كي تحاول أن توفر لنا مكاناً بها ، لكنها لم تخبرني بذلك . لم تكن صادقة معي لأنها اعتقدت أن الحقيقة ستكون مؤلمة لي ، هذا ما أعتقده ، لكن الذي آلمني فعلاً هو عدم الصدق ، لم أستطع أن أثق بها لمدة سنين بعد هذا الحدث ، وإلى الآن لازلت غير متأكدة إن كنت قد غفرت لها هذا أم لا .**

ساعد الآباء والأمهات ـ موضوع دراستنا ـ أبناءهم على تعميق مفهوم الصدق والأمانة لديهم عن طريق أسئلة يوجهونها إليهم تحمل بين طياتها معنى الثقة . ولم يفعلوا هذا بشكل عارض لكنه كان تدريباً متكرراً يمكنك أن تجد فيه أنت أيضاً عوناً لك في تعليم أبناءك كيف يفكرون بضمير حي . إليك بعض الأسئلة التي اعتادوا أن يسألوها تدريجياً من أسئلة توجه للأطفال الصغار على تلك التي توجه لمن هم أكبر منهم سناً :

" لماذا الكذب خطأ ؟ " ، " ما الضرر في أن تقوم بالغش في أحد امتحانات المدرسة ؟ " ، " ما الخطأ في سرقة الحلوى من المتجر ؟ " ، " إذا اضطررت لأن تعمل في جز العشب من حدائق المنازل المجاورة أثناء عطلة نهاية الأسبوع مقابل مبلغ من المال تدخره حتى تستطيع أن تشترى دراجة . كيف يكون شعورك إذا قام أحد بسرقة هذه النقود ؟ " ، " إذا عرض عليك شخص ما نقوداً كثيرة كي تفشى سراً كنت قد أقسمت أن تحتفظ به طي الكتمان ـ ولن يضار

أحد من إفشائك إياه ـ هل تفعل هذا ؟ " ، " إذا طلب منك رجل ثرى أن يمنحك هبة ما لسبب وجيه وخذلك ولم يعطك إياها ثم رأيت ورقة من فئة عشرة دولارات تسقط من جيبه وهو يسير مبتعداً ، ماذا تفعل ؟ "

وفى كل حالة من هذه الحالات يوضح الأب أو الأم للأبناء أنه قد تم خيانة ثقته عند مخالفة الضمير الحى فى التعامل معها . فالغش بالامتحان فيه خيانة ثقة المدرس ، والسرقة من المتجر فيها خيانة لثقة صاحب المتجر ، وهكذا .. أخبرنا أحد الآباء أن ابنه الصغير الذى يبلغ تسعة أعوام من عمره كان يجد صعوبة فى استيعاب فكرة خيانة الثقة :

**كان " بيرى " لا يستطيع استيعاب فكرة الضحية ـ بما فى ذلك هو نفسه ـ عند ذكر عواقب عدم الصدق أو عدم الأمانة ؛ لذلك فقد شرحت له أنه عندما يخدع شخصاً ما بطريقة ما يكون هو الضحية أكثر من أى شخص آخر ، لأنه يكون قد خان وانتهك العلاقة التى تجمع بينهم . ولأنه هو الذى يفعل الخطأ فهو الذى سيشعر بالذنب ، وغالباً لا يشعر موظف المتجر أو أى شخص آخر أنه قد تم سرقة شيء ما ، لكن اللص يعرف ويكون عليه أن يعيش حياته وهو مدرك أنه ليس موضع ثقة . إنه شيء بشع أن يعيش الإنسان حياته وهو ينوء تحت حمل ثقيل كهذا .**

## الكذب

أكاذيب الصغار ليست أكثر من مجرد أمنيات غالباً . إن الأطفال الصغار يعيشون فى عالم من الخيال تتحول الأشياء فيه إلى حقيقة

لمجرد أنهم قالوا انها حقيقة ـ وتلك هى إحدى المزايا الرائعة للطفولة ـ إن الأطفال غير قادرين على تشويه الحقيقة عمداً ؛ لأن إحساسهم بالأخلاق لم ينضج بعد . تذكر أن الأبناء يكذبون لأنهم لا يريدون أن يذكروا ما حدث بالفعل فيُظن بهم السوء ، لا تعاقب مثل أكاذيب الطفولة هذه ولا تتهم طفلك بالكذب أو تُصر على أن يعترف بجرمه . وبدلاً من ذلك يمكنك أن تروى لهم قصصاً حدثت لك تخبرهم فيها عن المرات التى ارتكبت فيها أخطاء مشابه ، فهذا يخفف الضغط عنهم ويقلل من إحساسهم بالذنب .

تتغير ملامح هذه الصورة إلى حد بعيد عندما يصل الأبناء إلى سن المراهقة فقد يصلوا إلى حد بعيد إن لم يكن حداً مستحيلاً فى محاولة تجنب الحقيقة ، وكما أخبرتنا واحدة من الأمهات : " أقدم هذه النصيحة لآباء وأمهات المراهقين من الأبناء : احترس ، إذا كانت القصة التى يروونها لكم محكمة جداً لدرجة أنكم تعتقدون أنها لا يمكن أن تكون مختلقة ، وهى عادة كذلك . " وهنا أمسكت ابنتها بطرف الحديث كى تروى لنا وهى تضحك الحادثة التى كانت امها تشير إليها :

**هل تسأل عن الصدق . حسناً ، أنا فى الحقيقة لم أكذب على أمى أبداً ، لكن فى تلك الليلة أدركت أننى في مأزق كبير لأننى كنت قد تأخرت أكثر من اللازم وكنت أقضى وقتاً طيباً مع أصدقائى ولم أستطع أن أغادرهم وأعود للمنزل ولم أرغب حتى فى الاتصال بالمنزل هاتفياً ، ولكن فى الساعة الثانية عشر أيقنت أنه لابد وأن أتصل . أعنى أننى كنت أرتعد خوفاً بالفعل . لذلك فقد اختلقت هذه القصة المحكمة . كُنا فى " فاريل " ( مكان عام ) وعندما أردنا أن نرحل ،**

**كان أحد إطارات السيارة قد فَرِغ من الهواء . حاولت أن اتصل لكن كان الجميع فى انتظار أن يستخدموا الهاتف . فأعددت العدة لإصلاح الإطار ووقفت فى انتظارهم بالخارج لمدة ساعة ونصف ولكنهم لم يأتوا أبداً ، لذلك اضطررت أن أصلح الإطار بنفسى لأنه كان لابد لهم أن يعوْدوا إلى منازلهم . وبينما كنت أصلح الإطار سقطت السيارة من على الرافعة " . واسترسلت فى القصة على هذا المنوال ، وقد صدقتها أمى ولم أخبرها أن هذه القصة مختلقة تماماً إلا منذ عام واحد تقريبا وقالت هى عندما أخبرتها بذلك : " لقد كانت قصة فظيعة ، لقد صدقتها يا لك من فتاة بشعة " .**

## السرقة

السرقة هى إحدى قضايا الأمانة التى ظهرت فى معظم العائلات التى كانت موضع دراستنا . مثلها مثل الكذب لابد من التعامل معها بقفاز " الأبناء " اكتشف العديد من الآباء والأمهات أن الأطفال يسرقون أحياناً بين سن الثامنة والثانية عشر . لكنهم لم يُشعروا أبناءهم بالخزى ولم يخبروهم أن تصرفاتهم هذه مشينة لعدم الأمانة ، بل كان رد فعلهم مختلفاً تماماً عن هذا ، ما فعلوه هو أنهم وضعوا سرقات الطفولة هذه فى حجمها الطبيعى ونظروا إليها على أنها كبوات خلقية وليس نذيراً لجنوح حدث .

قد يسرق الأطفال الصغار لأنهم بحاجة لأن يشعروا بشيء من السطوة والقوة ، أو لأنهم يشعرون باستياء من شيء آخر ويريدون أن يرفعوا من معنوياتهم بأن يسرقوا ممتلكات شيء آخر . أما الأطفال الأكبر سناً فقد يفعلون هذا لأنهم يريدون أن يستحوذا على انتباه رفاقهم ، لذلك فهم يسرقون ملابساً أو أشياءً من هذا القبيل يشبعون

بها هذه الاحتياجات . قد يشعر الأبناء أنهم مهملون من قبل والديهم ولا يلقون اهتماماً ، لذا يشعرون برغبة فى أن يُقبض عليهم فى محاولة يائسة لجعل أى شخص ينتبه إليهم .

ما يجب عليك أن تفعله عند حدوث مثل هذه الحوادث هو أن تحاول تحديد مصدر هذا السلوك غير المقبول . قد تكون هناك مشاكل عويصة عظيمة الشأن ربما أكثر من تلك الأشياء المسروقة . إذا كان التجاوز الذى حدث هو مجرد خطأ طفولة ، وعادة ما يكون كذلك ، اتخذ الترتيبات المناسبة . فمثلاً ، إذا " سرق " ابنك كتاباً من المكتبة وخبأه تحت فراشه لأنه يحب الصور ، فهذه ليت جريمة رئيسية ، لكن لابد له أن يستمع إلى صدى فعلته . هذا سلوك غير مقبول ورد الفعل يجب أن يكون هكذا : اجعله يعيد الكتاب الغنيمة إلى أمين المكتبة ( لا أن يضعه فى صندوق الكتب الواردة ) مع الاعتذار له على أن يدفع الغرامة من حصيلة مدخراته - وليس من نقودك أنت . آخر شيء ممكن أن تفعله فى حالة كهذه هو أن تقلل من أهمية السلوك غير المقبول بأن تختلق الأعذار لابنك .

سوف نختتم هذا الجزء بقصة تبين كيف أن التربية السليمة تعزز الضمير الحى الذى يسود فى النهاية .

**عندما كانت " جينا " فى السادسة من عمرها ، عثرت على ورقة نقدية فئة دولار واحد على الأرض فى ماكدونالد ، أخبرتها أنها لا تستطيع أن تحتفظ به وأن عليها أن تعيده للموظف ، لم ترغب فى أن تفعل هذا ، لكننى أخبرتها أن شخصاً ما قد فقد هذه النقود وقد يعود ليسأل عنها ، فذهبت وأعطت النقود للموظفة وعندما عادت ( للمائدة ) كانت غاضبة جداً فقالت : " لقد وضعت الموظفة النقود فى**

جيبها ، إنها حتى لم تشكرنى " . حسناً ، لم أر فيما حدث درساً جيداً عن الأمانة ، لكننى أخبرت " جينا " أنها قد فعلت الشيء الصواب على أى حال . أعتقد أن كلامى قد ترسب فى أعماقها ؛ لأنها حين ذهبت فى رحلة إلى أوروبا وهى فى بداية المرحلة الثانوية ، وفى أثناء هذه الرحلة عثرت على نقود أكثر على الأرض ، كانت فى هذه المرة أربعمائة دولار صاح أصدقاءها جميعاً : " سوف تعد لنا " جينا " حفلاً كبيراً ! " لكنها ذهبت إلى مكتب صرافة قريب وحاولت إعطاءهم النقود . لكنهم لم يأخذوها ، حاولت مرة أخرى قائلة - مثلما قلت أنا فى ذاك اليوم عندما كانت فى السادسة من عمرها - " قد يأتى من يسأل عنها " . لكنهم رفضوا أخذها ، فاحتفظت " جينا " أخيراً بالنقود ودفعت نفقات دروس الطبخ للمجموعة كلها وأعطت السائق بقشيشاً كبيراً .

## التواضع

كيف يمكننا أن نغرس فضيلة التواضع في نفوس أبنائنا فى عالمنا التنافسى صارخ النجاح ، هذا العالم الذى يمجد " الفخر بالإنجازات " ؟ يمكننا أن نفعل ما فعله آباؤنا : وهو أن نذكر أبناءنا - الذين يتصرفون وكأنهم مركز الكون - أن مساعدة الآخرين لها الأولوية ، وذلك قبل تحقيق رغباتهم الشخصية الثانوية . استخدمت واحدة من الأمهات هذا الأسلوب مع ابنتها ذات العشر سنوات من عمرها والتى عندما وصلت للصف الخامس أصبحت مشغولة تماماً بشعبيتها وتأثيرها على الآخرين .

**يمكنك أن تقول لأبنائك هذه الأبيات الشعرية التي اعتدت أن أسمعها من أمي عندما كنا نزهو كثيراً بأنفسنا : " هناك أشياء أكثر أهمية في هذا العالم مني ، لكني إذا كنت لا أنظر إلا لنفسي فقط ، فلن أستطيع أن أراك أنت أبداً . " وبيت آخر كانت تستخدمه في التهكم علينا عندما كان شعورنا بأنفسنا يتجاوز حجمنا الصغير : " أنا أحب نفسي ، أنا أرى نفسي عظيماً ، عندما أذهب للسينما أصطحب نفسي معي " ، عليك بتهذيب هذا الشعور لدى أبنائك حتى تجعلهم يشعرون أنهم مركز كل شيء . لأنك إن لم تفعل سوف يبدأون فعلاً في الاعتقاد بأنهم هبة السماء للأرض ، وحاول أن تجعلهم يستمعون إليك ، حظاً سعيداً وبالتوفيق !**

وبنفس الطريقة تعاملت أم أخرى مع ابنها الذي يبلغ من العمر ثلاثة عشر عاماً و لذى يسلك سلوكاً تنافسياً مبالغاً فيه . كانت تُذكره بالفكرة التالية التي وجدت مثل كثيرين غيرها أنها قد تكون أكثر تأثيراً إذا هي وضعت على حائط غرفة النوم : **إن الحياة مشاركة ومساعدة الآخرين ، وليس تحقيق الفوز والجوائز لأنفسنا .**

أفضل طريقة لتغليب التواضع على الغرور في نفوس أبنائنا هو أن نعلمهم العرفان بالجميل . عَلِّم أبناءك أن يكونوا شاكرين ممنونين لما في أيديهم ، وهو مبدأ أخلاقي قديم قد تلاشى في هذا الزمان . يقول أحد الآباء عن العرفان بالجميل :

**المشكلة هي ـ وتظهر واضحة جداً أيام أعياد الميلاد ـ أن الأبناء يحصلون على الكثير . الكثير من كل شيء : الكثير من الطعام ، الكثير من الحلوى والكثير من اللعب . نحن ندللهم إلى أقصى حد ، فكيف يمكنهم أن يشعروا بالامتنان والجميع يغرقهم بالهدايا بهذه**

**الطريقة ، واحدة تلو الأخرى ، أسرع من أن يستطيعوا فتحها ؟ فلا يكادون يفتحون واحدة إلا ويجدوا ثلاثة آخرين فى انتظارهم . فيغرقون على الفور فى فوضى محيرة يفقدون معها كل معنى جميل فيصيبهم الارتباك وينحون كل شيء جانبا .**

تروى لنا أم أخرى عن الجزاء الرائع الذى حصلت عليه نتيجة تعليمها لأبنائها العرفان بالجميل :

**أدركت أننا قد نجحنا فى سعينا لتعليم أبنائنا العرفان بالجميل ، عندما أحضرت لابنى " توم " فى أحد الأيام " فانلة " رياضية كان قد تحدث أمامى عن رغبته فى شرائها فقال برقة بالغة : " لم يكن هناك داع لأن تفعلى هذا يا أمى " . اغرورقت عيناى فقد لمس ما قاله قلبى ، ما ألطف هذا الابن الذى ربيناه على العرفان بالجميل ، وقلت له : " لا بأس يا عزيزى ، لقد أردت أن أفعل هذا " . فشكرنى ، وأدركت أنه صادق فى شكره .**

## العطاء

ما الذى نعلمه لأبنائنا إذا نحن أدرنا ظهورنا لتلك الفتاة المتطوعة التى تطرق باب منزلنا لتبيع المخبوزات ، أو عندما نسير بنشاط متجاوزين جيش الخلاص أثناء الأعياد الميلادية ؟ مثل هذه التصرفات التى تبين اقتصاد فى الإنفاق هى القاعدة وليس الاستثناء فى مجتمعنا ، وإن لم يكن الوضع هكذا ، ما كان هناك حاجة لهؤلاء المتطوعين الذين يطرقون أبواب منازلنا ـ كانوا سيتواجدون فى مكاتبنا يحصلون على شيكات بالمبالغ التى نتبرع بها ـ على الرغم من أن

معظم الناس هم بالتأكيد قادرون على التبرع بربع دولار للفقراء ، إلا أنهم مصرين على شراء هذا العدد الكبير من الهدايا التى يمنحونها لأبنائهم المتخمين بالهدايا الكثيرة فعلاً ، هؤلاء الأبناء لا يحملون أنفسهم مشقة الذهاب لوضع عملة نقدية فى صندوق يخصصوا حصيلته للفقراء ، وهى طريقة مثالية ـ لكنها غير موجودة ـ لتعليم الأبناء العطاء .

وبالمثل ، إذا كان أغلب الناس الذين يستمتعون بمشاهدة برامج التلفاز الرائعة الخاصة بجمع التبرعات لا يحركون حتى مقاعدهم كى يجروا مكالمة هاتفية يشاركوا فيها بأى تبرع ( تسعون بالمائة من مشاهدى هذه البرامج هم من غير المتبرعين ) ، أى رسالة تلك التى ينقلوها لأطفالهم الجالسين بجوارهم ؟ يسألونهم : " هيا يا أمى هل ستقومى بإجراء مكالمة هاتفية للتبرع ؟ " فتكون الإجابة : " لا ، نحن لا نقدر على ذلك ، لابد من الاقتصاد " .

إن السلوك الذى يتسم بالشهامة والذى يتعامل به الآباء والأمهات مع أبنائهم ومع الآخرين ينبع من الحب ، إنه السلوك الذى لا يطلب شيئاً فى المقابل ولا " يقابلك بمنتصف الطريق " . نقدم لك فى السطور التالية أساليب مختلفة استخدمها الآباء والأمهات فى تعليم أبنائهم كيف يظهرون الحب والعطاء :

- كى تعلم ابنك طبيعة العطاء الحقيقية ، شجعه على أن يُشرك غيره فى أشياءه المفضلة والتى يحبها أكثر ـ وليس تلك الأشياء التى فقد اهتمامه بها ـ مثل الدمى والآيس كريم ، لأن هذه الأشياء تشعره بالسعادة . بأسلوب لطيف اقترح عليه أن يتقاسم هذه السعادة مع أطفال آخرين وأخبره كم سيكون رائعاً أن

يساعدهم على الشعور بهذا الإحساس . رَكِّز على نتيجة العطاء حتى لا يشعر ابنك أنه خسر بتصرف كهذا ، أظهر حماساً لمقاسمة أشياءك الخاصة مع رفاق ابنك وبيِّن له إلى أى حد قد أسعدك هذا كأن تقول : " أنا سعيد جداً يا صغيرى أنك أحببت ضفيرة النسيج التى صنعتها بنفسى ، ألم تكن ألوانها بديعة ؟ "

- شجع ابنك على الاشتراك فى الألعاب الجماعية والأنشطة الأخرى التى تنتقل بخطواتها من فرد لآخر . لاشك أنه سوف يشعر بالسعادة والرضا والعطاء ، وهو إحساس مختلف تماماً عن الإحساس بالأخذ . إن الشعور بالسعادة الذى يتأتى من عمل أى شيء مفيد للآخرين هو شعور بالرضا كما أنه يمكن اكتسابه بالاعتياد عليه .
- فى أعياد الميلاد ، شجع ابنك على اختيار اللُّعَب والملابس التى لم يعد يستخدمها كى يتبرع بها ، إذا اعتقد أنه لن يستطيع أن يعيش بدونها افعل كما فعلت واحدة من الأمهات : افتح دولاب الملابس وصندوق اللعب وقُم بتقسيم كل شيء إلى أقسام معينة . اسأله متى كانت آخر مرة لعب فيها بلعبة معينة أو آخر مرة ارتدى فيها قطعة ملابس معينة ، إليك ما تقترحه عليك هذه الأم :

**تناول ثلاثة من الجاكيتات واسأله إذا كان يستطيع أن يشعر بالدفء مع اثنين منهم فقط . إذا كان صغيراً فى السن لا تتوقع منه أن يتخلى عن أى شيء . لذلك تناقش معه . أخبره ماذا يعنى جاكت ثقيل كهذا لطفل فى حاجة للدفء ، إذا ظل غير مقتنع ، اخرج به إلى**

**خارج المنزل عدة دقائق بدون ارتداء جاكت كي تقنعه بوجه نظرك ، وساعتها لن يمر وقت طويل حتى يُسلم بوجهة نظرك .**

- احتفظ بصندوق إحسان للعائلة داخل المنزل ، أخبرتنا واحدة من الأمهات أنها كانت تحتفظ بهذا الصندوق على دولاب المطبخ وعندما يكون خاوياً ، تحضره إلى مائدة العشاء وتسأل أبناءها إذا كان بينهم من يريد أن يتبرع بشيء للمحتاجين . قالت :

**إذا لم تداوم على تذكيرهم بهذه الأشياء ، سوف ينسى الأطفال بسرعة أمر هؤلاء المحتاجين والفقراء . هم في حاجة لمن يذكرهم طوال الوقت . وكنت دائماً أرى أن أفضل وقت لهذا هو وقت الطعام .**

- عَلِّم أطفالك أن يدركوا معنى العطاء طوال الوقت وليس وقت الأعياد فقط . كانت مدام " تومسون " تعلم أبناءها أن يبدأوا التفكير في أعياد الميلاد التالية من شهر يناير .

**عندما كان الأطفال صغاراً ويعثرون على عملات نقدية أو أي حلية صغيرة ، كنت أجعلهم يحتفظون بها جانبا كعطية للفقراء في أعياد الميلاد . كنا نفعل هذا طوال العام . فكان هذا يجعلهم يفكرون في العطاء وليس في الاحتفاظ بكل شيء لأنفسهم ، وكانوا أيضاً يتنافسون فيما بينهم من منهم لديه أكبر قدر من هذه الهدايا في نهاية العام . كان هذا شيئاً جميلا ونوع من المنافسة أفضله .**

## الخدمة العامة

الخدمة العامة للمجتمعات المحلية والمدارس وجمعيات المتطوعين كانت تشكل اهتماماً رئيسياً لدى الآباء والأمهات الذين التقينا بهم . واحدة منهم على وجه الخصوص أعطت مثالاً رائعاً لأبنائها فى هذا الخصوص . كانت مدام " ويلز " رئيسة الجمعية المحلية للعمل التطوعى ورئيسة برنامج " كازى " للأطفال المكفولين ومتطوعة بتقديم الطعام مرة كل شهر لأحد منازل الإيواء ، ومساء ليلة عيد الميلاد أيضاً . وقد خطا ابنها " ستيف " على نفس خطاها فبدأ وهو فى الثانية عشر من عمره العمل لدى محافظ المدينة فكان يدون نقاط اجتماعات المجلس المحلى ويشارك باستمرار فى أنشطة الجمعيات التطوعية ، وفى أحد هذه الأنشطة حقق نجاحاً فاق كل تصور يخبرنا عنه فى السطور التالية :

**كان علينا أن نبيع البيتزا بتوصيلها للمنازل ، كان عمرى خمسة عشر عاماً ، ولم يكن لدى سيارة ، فاستخدمت دليل الهاتف فى الاتصال بكل من أعرف كى يشترى بيتزا . وقد طلبت من أمى مساعدتى فى توصيل أكثر من مائة بيتزا فى تلك الليلة فقد كانت الطلبات كثيرة ، أكثر مما توقعنا وأكثر مما استطاع غيرنا أن يحققه . أعرف أننى نشأت هكذا لأننى طيلة حياتى وأنا أرى أمى منخرطة فى العمل التطوعى .**

تلميذ متفوق آخر حقق هو أيضاً نجاحاً لا نظير له فى أحد الأنشطة التطوعية بالمدرسة ، وقد فاق نجاحه فيه كل تصور ،

وتخطى معدلات الإنجاز بنسبة خمسين بالمائة وأكثر . كان هدف " تشارلى " كمسئول عن هذا العمل هو أن يجمع عشرة آلاف رطل من الطعام . لكنه بعد أن بدأ العمل قرر أن يزيد الكمية إلى خمسة عشر رطلاً . وهى كمية لم تحقق قبل ذلك فى مدرسته أبداً .

**قال الجميع إنه لا يمكن تجميع مثل هذه الكمية ـ بما فى ذلك أنا ـ وعليه فلم أجد أى مخاطرة فى أن أقول إننى سوف أحلق رأسى أمام جميع تلاميذ المدرسة إذا نحن حققنا هدفنا وجمعنا هذه الكمية . أعتقد أننى بقولى هذا كنت كمن يستخف بهم ، فكان أن قدمت لهم عرضا لا يستطيعون رفضه . وعندما جمعنا آخر رطل من الخمسة عشر رطلاً ، جمع مدير المدرسة فصول المدرسة كلها فى اجتماع استثنائى كى أحلق رأسى أمامهم ، وقد فعلت . لم تكن أمى سعيدة لفقدانى شعرى لكنها استوعبت المسألة ، فقد كانت تعرف أن ما حدث كان لغرض طيب .**

نوع آخر من الخدمة التطوعية كانت بمثابة " بديل لبابا نويل " يخبرنا عنها أب وأم حين يقولان أنهما قرأا فى أحد الأيام إعلاناً بالجريدة المحلية يطلب لعب أطفال كتبرعات للعائلات الفقيرة . وعلى الرغم من أنهم فى هذا الوقت لم يكن لديهم فائض كبير من النقود ، إلا أنهم قاموا بشراء بعض اللعب وأخذوها بأنفسهم لمنازل هؤلاء المحتاجين . تقول إحدى الأمهات :

**كان درساً جيداً لابنى " شيب " . لأننا عندما كنا نذهب باللعب إلى منازل هذه الأسر الفقيرة كانوا غالباً ما يدعونا للدخول . ورأى " شيب " كيف أنه محظوظ لأن لديه منزل مثل منزله ، وقال لى**

**ونحن نترك أحد هذه المنازل : " يا الله ، هل رأيت مدى فقر هؤلاء الناس يا أمى ؟ إنهم فعلاً فى حاجة لمساعدتنا ، أليس كذلك ؟ "**

وأب آخر لأحد التلاميذ أرسله فى بعثة صيفية إلى منطقة " جيانا " الفرنسية و " مارتينكيو " وذلك عندما كان عمره خمسة عشر عاماً . وعلى الرغم من أن هذا التلميذ قد نشأ فى بيئة مرفهة ، فإنه قد تعلم بسرعة أن ينام ويأكل مع سكان هذه المناطق الفقيرة ، وكان والده قد قام بعمل شبيه لهذا العمل كان فى مثل سنه ، فقد سافر إلى الحدود الشرقية الفقيرة من لندن كى يساعد المحتاجين من خلال خدمة من التوصيل للمنازل .

## التعليم

لسنا فى حاجة لأن نقول أن كل الآباء والأمهات الذين التقينا بهم كان يقدرون التعليم حق قدره . لكن اثنين منهم على وجه الخصوص أخبرونا بوضوح لماذا هو على هذا القدر من الأهمية : الأول كان يعمل مديراً لإحدى الهيئات الصحية الكبيرة ، وقد طلب من السكرتير الخاص به أن يؤجل كل المكالمات الهاتفية أثناء لقائنا معه والذى أجريناه فى منتصف يوم عمله المشغول . وعندما دخلنا إلى مكتبه الأنيق الخاص بمدير الهيئة والذى يطل على تلك المقاطعة المالية التى يوجد بها مكتبه ، كان واضحاً أنه رجل قد تدرج فى مواقع العمل بالهيئة حتى وصل إلى قمتها ، ومن خلال حديثنا معه ومع زوجته ( التى قادت سيارتها مسافة عشرين ميلاً قادمة من الضاحية التى يسكنون فيها كى تشارك فى اللقاء ) أدركنا أن تحديد الأهداف

ومتابعتها بالتصميم والمثابرة هو السر وراء نجاحهم ، إليك رأيه فى قيمة التعليم ، الذى كان ينظر إليه هو وزوجته على أنه أهم القيم على الإطلاق :

**عندما كان " جو " صغيراً فى الثالثة من عمره تقريباً كنا نسأله ماذا يريد أن يكون . أتذكر أن أول شيء فكر فيه هو أن يصبح طبيباً . حسناً ، أخبرته أنه كى يصبح طبيباً فسوف يحتاج لأن يدرس الكيمياء والرياضة والعلوم واللغة اللاتينية . ثم بعد ذلك بفترة ، أراد أن يصبح طياراً ، وعندما سألته لماذا غير رأيه ، قال : " الأطباء يعملون يوم السبت وأنا لا أريد أن يفوتنى حلقات الرسوم المتحركة التى تعرض صباح كل سبت " . [ الجميع يضحكون ] على الأقل هو يفكر وينشط عقله ، القضية هى ـ وهذا ما كنا نذكره لـ " جو " دائماً ـ تخير مهنة وابدأ فى إعداد نفسك لها بتعليم نفسك . لا يهم إذا أنت غيرت رأيك بعد ذلك ، ابدأ فى إعداد نفسك بمجرد أن تقرر هدفك وغايتك ، عندما تغير رأيك ابدأ من جديد فى الحصول على الدراسة التى تحتاجها لتحقق مكانتك بالحياة ، تغيير المهنة التى تريد أن تمارسها لا ضير منه لأن هذا يعطيك مجالاً أوسع لتعلم أشياء كثيرة ، المهم هو أن ما تفعله اليوم يحدد شكل مستقبلك فى الغد . فيما بعد ، عندما كبر " جو " وكان يغير رأيه فى أى شيء ، كنا نسأله إذا كان سبب هذا التغيير أنه مازال يريد أن يشاهد الرسوم المتحركة صباح يوم السبت . وكان هذا يثير ضحكه دائماً .**

كانت هناك امرأة أخرى التقينا بها تقدر التعليم وكانت تعيش وحيدة فى منزل متواضع فى قلب المدينة ، من الناحية المادية كانت على النقيض تماماً من عائلة " جو " ، لكنها كانت مثلهم تؤمن إيماناً

مطلقاً بالتعليم وتراه شيئاً هاماً وخطيراً ، وقد فازت ابنتها بمنحة دراسية جامعية شاملة بسبب هذا الإيمان المطلق بالتعليم .

**طلبت من " روزا " أن تستذكر بجد لأننى لا أريدها أن تنتهى لمثل ما أنا فيه ، فتعمل كموظفة فى محل بيع بالتجزئة مقابل ثمان دولارات فى الساعة لم يكن لدى أى شهادات أو مهارات ، لذلك لم يكن لى مستقبل . وكانت تستذكر بجد ؛ وحين كنت أريدها أن تبذل أقصى جهد لديها ، كنت آخذها أحياناً إلى محل عملى وأتركها ترى كيف يكون الحال عندما يكون على أن أتلقى تعليمات من الرؤساء وأن أخدم الزبائن طوال اليوم ، أردتها أن تعرف أنها لن تصبح كذلك إذا حصلت على قدر من التعليم ، فهذا هو الشيء الوحيد الذى يضمن لها مستقبلاً جيداً ـ وهى الآن تسير فى هذا الاتجاه . حمداً لله .**

## النقود

إذا حددنا تعريفاً دقيقاً للنقود سنقول : إن " النقود " ليست قيمة من القيم ، لكننا نراها فى مجتمعنا وقد أصبحت أكثر جدارة بالثناء من أى قيمة أخرى ، إن لم تكن هذه هى نظرتنا للنقود ، لماذا إذن نقدسها ؟ لماذا نسعى وراءها بكل شراسة ؟ لماذا نقامر من أجلها ؟ وعندما نجمع منها ما نظن أنه يكفى نزهو ونختال به أمام الجميع ؟

تظهر قضية النقود فى فناء المدرسة أيضاً . فبعض التلاميذ يرتدون ملابس فاخرة ، والبعض الآخر يرتدى ملابس مستعملة . بعض الآباء أطباء ، وبعضهم بوابون وعمال ، لذلك تتفاوت الدخول والإمكانيات تفاوتاً هائلاً . ويكون الأبناء على دراية بهذا التفاوت ، ولا يحجمون

عن تصريحات مثل : " حسنا ، أبى يعمل محامياً ! " أو " لدينا يخت ! "

دعونا نبدأ بالفكرة التى تقول أنه وعلى الرغم من أن أطفال هذه الأيام يوقرون اللون الأخضر ( الذى إذا أردنا أن نراه يكسو أرضا لابد وأن يسبق هذا عمل جاد ) إلا أنهم لا يفهمون جيداً الغرض منه ، وفى أحسن الأحوال ينظرون إلى العلاقة بين العمل الجاد وكسب المال نظرة غامضة ، وطبقاً لما يقوله " جوسمان " مؤلف كتاب " الفاسد المدلل " ، إن تأثير الأخلاق التى سادت فى الزمن البائد قد ذهب أدراج الرياح . يتفق الآباء والأمهات الذين التقينا بهم مع " فريد جوسمان " فى هذا : قال أحد الآباء :

**ينظر أبناء هذه الأيام إلى الإنجازات المتواضعة على أنها " مصادفة " ماذا تتوقع منهم إذا كان " بارت سمبسون " هو مثلهم الأعلى ؟ أفكار دنيئة هذه المثل العليا هى التى تسود بينهم . يأتون بكل الأفعال الحمقاء ، يقذفون بغطاء الرأس الخاص بلعبة البيسبول إلى الوراء ، يُسقطون السروال إلى نصف المؤخرة ، ولا يعرفون من هو وزير خارجية البلاد .**

وصف غير عادل ؟ لن تراه كذلك إذا أنت ذهبت إلى المراكز التجارية التى ذهبنا إليها فى أنحاء أمريكا كلها ، سوف تجد هؤلاء الأبناء فى كل مكان ، فيما عدا هؤلاء الذين يعملون خلف الطاولات !

تبين الإحصاءات أن هؤلاء الأبناء المدللين الذين لا يكلفهم آباؤهم أو أمهاتهم إلا بأقل القليل ينشأون تابعين - إن لم يكونوا

عالة ـ مخلوقات ليس لديها دافع أو مقصد ولا يفهمون قيمة الحصول على المال من خلال العمل الجاد .

طبقاً للمكتب الأمريكي للإحصاء الرسمي ، إنه في الوقت الحالى يوجد أكثر من خمسون بالمائة من الشباب بين عشرين وخمسة وعشرين عاماً في بلادنا هذه مازالوا يعيشون في بيت الأسرة . ومن المقدر أن تزيد هذه النسبة في عام ٢٠١٠ إلى ثمانين بالمائة تقريباً . ترى كيف يكون الحال في عام ٢٠٥٠ ؟ هل سيظلون قابعين في المنازل صوب ناظرى أمهاتهم ، يرفضون حتى الذهاب إلى أقرب متجر لشراء ربع لتر لبن ؟

لا تجعل ابنك يعيش حياة خالية من المسئوليات ، تجنب هذا باستخدام الاقتراحات التالية من الآباء والأمهات الناجحين .

- اشرح للأطفال الصغار العلاقة بين العمل والدخل . أخبرهم أن كل شيء من الدمية التي يلعبون بها إلى نفقات الرحلة ، إلى البقال ، كل هذا يرتبط ارتباطاً مباشراً باجتهادك في العمل . اصطحب الأطفال معك إلى العمل من آن لآخر ، وهناك كلفهم بإنجاز مهمة صغيرة في مقابل أجر مناسب . وانظر ماذا يحدث بعد عشر دقائق ، سترى إدراكاً جديداً لمفهوم العمل والنقود .
- اشرح لهم ما يحدث في دائرة النقود : أنت تساعد الشركة التي تعمل بها على تقديم سلعة أو خدمة تفي بحاجة ما لدى الناس ، الذين يدفعون للشركة مقابل هذه السلعة أو الخدمة ، وبالتالى تحصل أنت على بعض هذه النقود كأجر نظير عملك . ليس هناك " طعام " لأى شخص دون مقابل . أخبرتنا واحدة من الأمهات

كيف جعلت هذه الفكرة تصل لمدارك ابنها الذى يبلغ من العمر ست سنوات .

**كانت هذه مغامرة " والتر " الكبرى التى لا تقاوم ، لذلك لم أُرِد أن أفسدها له . أردت فقط أن تكون تجربة يتعلم من خلالها شيئاً . جاء يجرى هو وصديقه " سكوت " والحماس يسبقهم ، يصرخون قائلين إنهم يريدون أن يفتحوا منفذاً لعصير الليمون . لا أدرى من أين أتوا بهذه الفكرة ، لكن عيونهم كان تتوهج حماساً . ويريدون منفذاً لعصير الليمون وحسب ، بل يريدونه فى التو واللحظة : قلت لهم لا بأس . وفى الدقيقة التالية كان " والتر " يقلب فى أدراج الفاكهة بحثاً عن ثمار الليمون . فقلت له : " انتظر لحظة يابنى ، أنت تنوى إقامة مشروع ، هذا شيء عظيم ، لكن لا تأخذ ثمار الليمون بدون مقابل وتذهب لتجنى من ورائه ربحاً " . انطفأ الحماس بوجهه . ظن كلاهما أن المشروع قد توقف . أخبرتهما أنه بإمكانهما إقامة مشروع عصير الليمون لكن الليمون سوف يكلفهما عشرة بنسات لكل واحدة ، ويمكنهما أن يدفعا لى ثمن الليمون من الربح العائد من المشروع . وافقوا على هذا وانطلقوا يجرون فى كل مكان يبحثون عن مائدة ومفرش ، ربما أكون قد علمتهم شيئاً عن التمويل ، من يدرى ؟**

- عندما يدخل الأطفال المدرسة الابتدائية ، يستطيعون فى العادة أن يدركوا معنى ميزانية الأسرة . يمكنك عقد اجتماعات تناقش فيها وضعك المالى والنفقات المسموح بها للطفل . تصف لنا واحدة من الأمهات كيف أن ابنتها " جيرى " ذات السبع سنوات قد اندهشت عندما شرحت لها حقائق النقود وما حولها .

**عندما أخبرت " جيرى " أنه ليس لدى نقود لشيٍء ما كانت قد طلبته ، جاءت بتلك الفكرة النيرة : " اكتبى شيكاً يا أمي " ، أدركت أنه ليس لديها فكرة عن النقود التى يجب أن نضعها أولاً فى البنك قبل أن نفعل هذا ؛ لذلك فقد أخرجت فواتير ثلاثة أشهر من إيجار العقار وبعض الالتزامات الأخرى ، وأوضحت لها أن قيمة الفواتير تسحب من البنك فى صورة شيكات وجعلتها ترى الانخفاض فى دفتر الشيكات ، لم تصدق ما رأته أمامها .**

وأم أخرى جعلت ابنتها التى تبلغ اثنى عشر عاماً تكتب الشيكات لشهرين متتاليين بنفسها ، مما جعلها تدرك لأول مرة كم من المال يُنفق لإدارة البيت ولتكلفة معيشة الأسرة .

## الكسب والادخار

يكون الآباء والأمهات أحياناً غير متأكدين هل يعطون أبناءهم علاوة أم لا ، هل يدفعون لهم مقابل العمل الروتينى داخل المنزل أم لا ، أو هل يسيطرون على الأشياء التى ينفقون نقودهم عليها . حتى بين الآباء والأمهات الناجحين الذين تحدثنا معهم كانت هذه المسألة محل نقاش ، لقد أوجزنا فى هذا الجزء أفضل الأساليب لتعليم قيمة النقود والتى حازت على إجماع عام . من ناحية أخرى كان هناك اتفاق تام على أنه لابد للآباء والأمهات أن يكونوا حذرين وألا يمنحوا النقود سلطة هائلة ، وذلك باستخدامها كوسيلة تربوية بأن يمنعوها فى حالة إساءة السلوك ويمنحونها كمكافأة فى حالة إحراز درجات دراسية جيدة ، لابد أن تظل النقود بمنأى عن السلوك ، وألا نربط

بينهما لأن الأطفال الذين يربطون بين النقود والأداء قد يعطونها أكثر من قدرها . عندما تصبح النقود هى مركز حياتهم ، يصبح من السهل عليهم أن يجعلوها رمزاً للحب ، أو على النقيض من ذلك ، يرون فى غيابها مدعاة للرفض ـ الثناء والاحترام هما وسيلة التعبير عن المشاعر ـ وليس النقود .

وجد الآباء والأمهات الذين التقينا بهم أن أفضل طريقة لمساعدة الأبناء على إدراك مفهوم النقود والاجتهاد هو أن نقدم لهم فرصاً للعمل داخل المنزل ، وهم فى سن صغيرة .

## الكسب

- حدد مهام يومية أو أسبوعية مثل إخراج القمامة ، أو تنظيف المائدة ، أو إطعام القطة ، أو طى الغسيل واجعل منها روتيناً منتظماً يمر به الجميع كى يتعرفوا عليه . أخبر طفلك أن عملك هو مسئوليتك تجاه الأسرة ، وأن مهامه المنزلية هى مسئولياته تجاه الأسرة أيضاً . اتفق الآباء والأمهات الذين التقينا بهم وشددوا على أنه لا يجب على الطفل أن يعتقد أن العمل الروتينى داخل المنزل لا يرتبط بأجر ، لكن الأصح هو أن يحصل على تعويض مالى بشكل عام لأنه عضو فعال فى أسرة متعاونة .

- بعض الآباء يمنحون علاوة أسبوعية ( انظر صفحة ٢٩٣ ) فى مقابل مثل هذا التعاون ، بينما عقد آخرون اتفاقاً جانبياً مع أبنائهم ، أو كما عبر عنه أحد الآباء : إن اتفاق " النقود مقابل الخدمات " ، والذى من خلاله يصبح مفهوماً أن الأطفال

يستطيعون أن يحصلوا على النقود التى يحتاجونها عندما يحتاجونها ، بشرط أن يلتزموا بنصيبهم فى الصفقة . وقد اتضح أنه فى كلتا الحالتين يحصل الأطفال على نفس القدر من النقود .

- إذا أحب ابنك أن يكسب بعض النقود لمزيد من الإنفاق أو الادخار ، اقترح عليه أن يكسبها عن طريق أداء بعض الأعمال غير الروتينية مثل : طلاء الجدران ، أو الاهتمام بالحديقة ، وهي مهام تدفع مقابل لها عندما تستدعى من يقوم بها ، قدِّم له عملاً يمكن إنجازه فى وقت قصير على أن يكون غير مجهد . وعندما ينجزه سوف يشعر بالرضا عن نفسه ويتطلع إلى إنجاز عمل آخر فيما بعد .

## الادخار

- الحصَّالة التقليدية ليست شيئاً جديداً ، لكن الجديد هو " الحصالة الثلاثية " . رغم أنه أب واحد هو الذى أتى بهذا الاسم ، فإن العديد منهم قد أيد فكرة نظام الادخار ذو الثلاث درجات الذى يصفه أب آخر بالآتى " قليل من الادخار ، قليل من الإنفاق ، قليل من العطاء " . إليك كيف شرح الأب الأول طبيعة هذا النظام :

**الأساس الذى طبقت أنا به هذا النظام هو أننى أعطيت ابنتى ثلاثة حصالات من ثلاثة أحجام مختلفة ، الحصالة الكبيرة للإنفاق والأصغر منها للادخار وأصغر واحدة للإحسان . وسمحت لها أن تدمج بين الحصالة الأولى والثانية إلى حد ما بأن تستعير من حصالة**

**الادخار إذا أرادت أن تشترى شيئاً بعينه . وكان أساس النظام هو أن " جولى " لا تستطيع أن تشترى لنفسها هدية إلا فى حالة امتلاء حصالة الإحسان - وكان حجمها حوالى ١٠ إلى ٢٠ بالمائة من حجم الحصالات الأخرى - قد تحتار أنت ، أى الحصالات تملأها أولاً ، لكنها لم تحتر .**

عندما يعتاد الأطفال على عادة الادخار ، يمكنهم أن يستمروا معها حتى يصلوا بها إلى حساب فى البنك - وهذا فى سن مبكرة جداً - لم يتردد الخبراء الحقيقيون فى أن يشرحوا لأبنائهم وهم صغار لا يتجاوزون الخامسة من عمرهم مفهوم الادخار والعائد منه . كانت فكرة الادخار مغرية جداً لغالبية الأطفال خاصة عندما كان آباؤهم أو أمهاتهم يُضيفون عُشر دولار لكل دولار يدخرونه .

- كما ذكرنا من قبل إن العديد من الآباء والأمهات الناجحين لم يؤيدوا فكرة العلاوة مفضلين عليها إعطاء أبنائهم النقود التى يحتاجونها عندما يكون الشيء الذى يريدون شراءه له ما يبرره . لكن هؤلاء الذين كانوا يؤيدون منح العلاوة وجدوا أن لها ميزة واضحة : يشرحها واحد منهم بهذه الطريقة :

**العلاوة هى تدريب أتوماتيكى على الميزانية إذا أنت التزمت بها . فهى تعلم ابنك عملية تنظيم وإدارة النقود ، حيث إن النقود التى يحصل عليها سوف تكون هى كل ما سيحصل عليه هذا الأسبوع ، وعليه إذا أراد أن يشترى شيئاً ما لابد وأن يدخر بعضاً من هذه النقود . لكن بمجرد أن تستسلم وتعطيه نقوداً إضافية فأنت بهذا تقوض النظام .**

- الإحساس بالرضا والبهجة الذى يأتى متأخراً هو شيء أساسى فى بناء الشخصية . فالوقت الفاصل بين الأمنية وتحقيق تلك الأمنية هو مثل الذهب فى قيمته : لأن الشيء الذى يتم الحصول عليه بسهولة يفقد قيمته سريعاً . أما إذا كان هناك تمنى وانتظار ، فإن الطفل سوف يفكر مرة أخرى إذا كان هذا الشيء يستحق فعلاً كل هذا ، وإن كان يستحقه فعلاً ، سوف يقدره أكثر وأكثر .

تذكر أحد التلاميذ هذا الانتظار الذى كان يبدو بلا نهاية لشيء أراد بشدة أن يشتريه :

**عندما كنت فى السابعة وكان أخى فى التاسعة ، قال أبى أنه يمكننا الحصول على الدراجتان اللتان نريدهما ، ولكن علينا أن ندخر للحصول عليهما ؛ لذلك بدأنا ندخر كالمجانين ، وعملت أنا فى توزيع الجرائد فى الصباح ، وقام أخى بتهذيب أعشاب الحدائق فى مقابل بعض النقود التى ندخرها . طال الانتظار وكأنه سنين ، لكننا فوجئنا ذات يوم بوجود الدراجتين . ظهرتا هكذا أمامنا . كان أبى قد أخذ النقود التى ادخرناها ( والتى كان يحتفظ بها ) لاشك أنه أضاف إليها كثيراً من نقوده الخاصة وفاجأنا بشراء الدراجتين . اثنتان من الدراجات الرائعة ، لم نصدق أعيننا . أتذكر أننى قد قمت بقيادة هذه الدراجة لمدة ساعات فى ذلك اليوم ، أدور بها حول المنزل وأخرج بها للطريق العام مع أخى ، وعندما توقفنا قمنا بتنظيفهما ، وعندما حان وقت النوم اصطحبناهما معنا إلى غرفة النوم ووضعناهما بالقرب من الفراش . وفى اليوم التالى ، فعلنا نفس الشيء ، ركبنا هذه الدراجات لمدة ساعات . لقد أحببناهما كثيراً ، وأعتقد أن السبب هو أننا عملنا بجد حتى نحصل عليهما .**

- يقوى إحساس الطفل بالاستقلال وينمو بشكل كبير عندما يتخذ قراراته الخاصة عند شرائه لأى شيء خاص به ، وبنقوده هو ، لا ضير فى أن تجارى طفلك فى إسهاماته ببعض ما تملك ، واجعل تدخلك فى أضيق الحدود ، وإذا طُلِبَت منك المساعدة ، أَعِد الكرة مرة أخرى إلى ملعب طفلك ، وقل له : " إنها نقودك أنت ، وأنت الذى تعرف ماذا تريد أن تفعل بها أكثر من أى شخص آخر " . نكرر ونقول مرة أخرى ، إحساس الطفل بتمكنه من حياته وتفوقه بها أهم كثيراً من اتخاذ القرار " الصحيح " .

## الفصل السادس

# تشجيع الاجتماعيات

قد يؤدى الطفل أداءً حسناً فى الأمور المدرسية ، وقد يسلك سلوكاً لائقاً بالمنزل ، وقد يكون ملتزما بمنهاج أخلاقى صارم ، ولكن إذا جلس وحيداً فى ركن بفناء المدرسة فى ساعة الغداء كل يوم ، كيف يكون شكل حياته ؟ كيف يكون شعوره وهو يحدق فى الأطفال الآخرين وهم يضحكون ويتشاركون الأطعمة والقصص ، كيف يمكنه أن يعرف متعة العلاقات الإنسانية وهو معزول عن بقية العالم هكذا ؟

إذا كانت المهارات الاجتماعية ضعيفة ، تصبح فرص النجاح فى الحياة ضعيفة ، تبين لنا القصة التالية كيف أن هذه الفرص فى حياة أحد الأولاد قد تدرجت من فرص ضعيفة إلى انعدام تام .

**كنت أقضى وقتاً طيباً فى التجمع العشرين لأصدقاء دراسة المرحلة الثانوية ، حتى جلسنا لتناول العشاء . على المائدة كان هناك قائمة بعنوان كل فرد ووظيفته الحالية . عندما تفتحها ، تجد فى الصفحة الأولى نعى لأحد الزملاء الذى يكون قد فارق الحياة . " جون**

**كارلتون " تذكرت الاسم على الفور . عندما التفت إلى صديقة الدراسة التى تجلس بجوارى وأشرت إلى الاسم ، قالت فى صوت هامس : " لقد قفز " فسألتها " ماذا تقصدين ؟ " قالت : " لقد قفز من فوق كوبرى بروكلين ، انتحر " فجأة تداعت إلى ذهنى الذكريات الماضية . لقد عرفت " كارلتون " منذ كنا فى المرحلة الابتدائية . وحتى فى هذا الوقت كان يبدو غريب الأطوار ، لا أحد يحبه ، كان خجولاً ودائماً منفرداً . لم يحاول أبداً أن يلعب معنا كرة ، أو أى شيء آخر . وفى المدرسة الثانوية اندمج فى أشغال الخشب ، كنت أراه نادراً ، عندما تراه لا يتحدث إلى أحد إطلاقاً . رباه ، تُرى ما الذى كان يعانى منه طوال هذه السنين ! وحيداً هكذا ، أعتقد أنه لم يستطع تحمل حياته أكثر من هذا . أو أنه قد تعب من تعاسته طوال حياته . شعرت باستياء كبير بعد أن سمعت ما حدث .**

إن تعلم مهارات التواصل الاجتماعى شيء خطير وحاسم لتحقيق تفاعل ناجح مع الآخرين - بداية من الطفولة وحتى سن البلوغ . إن الطفلة التى لا تتعلم أبداً كيف تدخل إلى الملعب - أو كيف تتصرف بمجرد أن تدخل إليه - قد تجد نفس الصعوبة فى محاولة تكوين صداقات فى المدرسة الابتدائية ، أو فى الالتحاق بالنادى الجامعى للفتيات فيما بعد أو بأية مؤسسة أو شركة .

ليس هناك داع لأن يعانى أى طفل من العزلة والاغتراب الاجتماعى . أى فرد يستطيع أن يتعلم أن يكون ودوداً ومتعاطفاً - الصفتين الرئيسيتين فى الصديق الجيد - كما يمكن تعليمه كى يصبح شخصية جذابة ومحبة ومسئولة اجتماعياً .

كان للآباء والأمهات الناجحين هدفاً مزدوجاً لتنشئة أبناء اجتماعيين : الهدف الأول والمهم هو أنهم يريدون أن يضمنوا لأبنائهم

حياة سعيدة ذات معنى وليس حياة مظلمة وحيدة . الهدف الثانى هو أنهم يريدونهم أن يكونوا ذوى فائدة ونفع لعائلاتهم ومجتمعاتهم حين يكبرون . ولكى يحققوا هذه الأهداف أدركوا أنه لابد من وضع بعض الأسس .

قبل أن يشارك الطفل في اجتماعات صحية ، لابد أولاً أن يؤمن أنه شخص جدير بأن يُتَخذ كصديق . هذا يشمل احترام الذات ، الذى سبق وتحدثنا عنه ، والذى سوف تدرك مدى أهميته مرة أخرى في هذا الفصل . ثانياً : هو فى حاجة لأن يلتقى بالناس من كل الأعمار حيث يستطيع أن يراقب السلوك الاجتماعى الماهر وتأثيره على الآخرين من خلال سلوك الناس أمامه ، وأخيراً : يجب أن يمارس ما قد تعلمه وأن يحاول تكوين صداقات ، بحيث يتمسك بهؤلاء الناس وتلك الأنشطة النافعة ، ويرفض ما غير ذلك . تلك هى الموضوعات التى سوف نناقشها فى هذا الفصل . ولكن قبل أن نفعل هذا ، دعونا نرى من يكون الشخص الناجح اجتماعياً :

- إنه ذلك الذى يندمج فى المجتمع بسلاسة ، وله شخصية جذابة ، محبوبة وقادر على تكوين الصداقات بسهولة ، له إسهاماتها فى هذا العالم الذى يعيش فيه ، ويهتم بسعادة الآخرين .
- يترك انطباعاً جيداً لدى الغرباء ، فيصبحون مهتمين به وراغبين فى التعرف عليه ، وعندما يفعلون ، لا يخذلهم . وبسبب إحساسه الشخصى بالطمأنينة ، يكون قادراً ومستعداً لتلبية احتياجات الآخرين العاطفية ، يفعل هذا دون أن يتوقع أى

مقابل غير عادى . لا يقلقه ما يحصل عليه بقدر ما يهتم بالعطاء .

- يتواصل مع الآخرين من خلال مهارات جيدة فى الإنصات والتحدث . فبدون طلاقة لغوية لا يستطيع الطفل أن يعبر عن نفسه فى التجمعات ، أو أن يتبادل الأفكار والمعلومات مع الآخرين ؛ مما قد يقود إلى الإحباط والعدوانية ، كما سنرى فى هذا الفصل .

يمكنك أن ترى كيف أن هذه الصفات قد بنيت على بعضها البعض ، ولماذا وضعنا هذا الفصل من الكتاب بعد العناصر الأخرى لتربية الأطفال ، لأن جميع هذه العناصر يجب أن توضع كأساس لنجاح الاجتماعيات . كيف يمكنك أن تعرف أنك قد أبليت بلاءً حسناً فى تعليم المهارات الاجتماعية لأطفالك ؟ سوف ترى إشارات متعددة : سوف يصبح ابنك قادراً على أن يقتسم لعبه مع طفل آخر لا أصدقاء له ، أو يلعب معه دون الحاجة إلى تذكيره بهذا ، سوف يكتسب ذكاءً اجتماعياً ويصبح قادراً على أن يتعرف على الحالة المزاجية والنفسية للأطفال الآخرين وما هو الشعور الذى يعتلج بنفوسهم من مجرد مشاهدة تعبيرات وجوههم أو الاستماع إلى نبرة أصواتهم . سوف يصبح قادراً على أن يتحدث إلى الناس فى مختلف المواقع ويستجيب لاحتياجاتهم ، سوف يقدم اقتراحات تلقى استحسان الأطفال الآخرين ، وقبل كل هذا ، سوف تزدهر صداقاته وتنمو ، هذا لأنه شخصية مُحِبة وجديرة بالثقة .

## تطوير المهارات الاجتماعية المبكرة

انظر إذا كنت تستطيع أن تحدد ما هو الخطأ فى هذا السيناريو :

أب وأم وأطفالهما يلملمون أشياءهم استعداداً لمغادرة منزل أصدقاء لهم بعد انتهاء الزيارة . وعندما وصلوا إلى الباب ، قال الأب لابنه الصغير الذى يبلغ عمره ست سنوات : " حسناً يا " ستيف " ؛ ألن تقول مع السلامة لمدام " بوتس " وتشكرها على العشاء ؟ " يبدو هذا شيئاً طبيعياً يفعله الآباء والأمهات ، أليس كذلك ؟ إنه ما يفعله الآباء والأمهات غالباً عندما يريدون أن يعلموا أطفالهم آداباً اجتماعية معينة ، لكن هذا ليس سلوكاً صحيحاً وإن كان سائداً .

دعنا نلقى نظرة متفحصة على هذا المثال ، حيث نرى فيه أربعة أخطاء ، الأول : أن الأب وجه تأنيباً قاسياً للابن أمام أُناس آخرين . الثانى : أنه فعل هذا قبل أن يفعل الطفل أى شيء خطأ . الثالث : أنه افترض أن الطفل غير قادر على ما يريده أن يفعله . والرابع : نسى الأب الوسيلة التربوية الأساسية وهى المثل الأعلى ، فقد طلب من ابنه أن يقول مع السلامة قبل حتى أن يقولها هو : إذا كان هذا الطفل يراقب سلوك أبيه ليحصل منه على قدوة لسلوك اجتماعى لائق ، فهو بالتأكيد لن يحصل على هذه القدوة .

مثل كل عناصر التربية الأخرى التى تحدثنا عنها حتى الآن ، يتعلم الأبناء الالتزام الاجتماعى من خلال مراقبتهم لآبائهم وأمهاتهم وأخواتهم وإخوانهم وأصدقائهم والغرباء من الناس فى أوضاع اجتماعية معينة ، ثم يدمجون كل هذا داخل نفوسهم ويقلدونه . عليك إذن أن تتيح لهم فرص رؤيتك أنت والآخرين وأنتم تظهرون مهارات اجتماعية عالية . للخبراء الحقيقيين اقتراحات عديدة لتحقيق هذا :

- اجعل طفلك يشارك فى أنشطة غير روتينية ، مثل تلك الأنشطة التى ذكرناها فى الفصل السابق ( الكشافة ، الجمعيات الصغيرة ، القراءة الجماعية بالمكتبات ، نوادى جمع الطوابع ، جماعات الشباب الدينية ، وما شابه ) . فمن خلال كل هذه الأنشطة يلتقى الأطفال بوجوه جديدة من الصغار والكبار .
- عندما يقترب الأبناء من سن المراهقة ، ساعدهم كى يتعرفوا على نظامهم الاجتماعى متعدد الحضارات ودورهم فيه . قُم بتقديمهم للهيئات الاجتماعية وجمعيات المتطوعين التى تخدم المجتمع ، مثل تلك التى يعمل فيها التلاميذ الذين التقينا معهم وهى : مراكز الطوارئ ، وبيوت التمريض ، وملاجئ الإيواء ، ومطاعم الفقراء ، ومراكز الرعاية النهارية . جنباً إلى جنب مع آباءهم وأمهاتهم .
- عرِّف أبناءك الأعمال الأدبية والمجلات وبرامج التلفاز التى لها أهمية اجتماعية وتغطى عدداً كبيراً من القضايا الرئيسية التى يجب على كل مواطن أن يكون على دراية بها : مثل الحرب العالمية الثانية ، حركة الحقوق المدنية ، سيرة حياة الفنانين والكتاب والمخترعين والرؤساء والعلماء الذين كان لهم إنجازات مهمة . فى إشارة لسيرة ذاتية مهمة ، أخبرت واحدة من الأمهات ابنها ذا التسعة أعوام من عمره بالآتى :

> **حتى وعلى الرغم من أنك مازلت طفلاً صغيراً ، إلا أنك إنسان مثل هؤلاء الناس . لقد كانوا هم أيضاً أطفالاً فى يوم من الأيام ، لكنى متأكد أنك إذا استطعت أن تتحدث إليهم ، فسوف يخبرونك أنهم عندما كانوا فى مثل عمرك كانوا يفكرون بالفعل فى كيف يستطيعون أن يكون لهم إسهاماتهم ، وأن يكون لهم تأثير مختلف فى العالم ،**

**ربما لم يعرفوا ماذا سيفعلون ، لكنهم كانوا يعرفون أنهم سوف يفعلون شيئاً جديراً بالاهتمام . لقد علمهم آباؤهم وأمهاتهم أن يفكروا بهذه الطريقة . الآن هو الوقت المناسب لك كى تبدأ فى التفكير فى حياتك وأى طراز من الناس تريد أن تكون .**

أثناء تقديمنا لمحتويات هذا الفصل من الكتاب ، تذكَّر القاعدة التالية والتى تنطبق على كل المهارات التى ناقشناها حتى الآن : المهارات الاجتماعية تحتاج للتدريب .

ولا شيءٍ فى حاجة للتدريب أكثر من السلوكيات التى سوف نناقشها أولاً ، ثم نتبعها باثنين من العناصر الأساسية للاجتماعات المبكرة وهى التفاوض والتعاون .

## السلوكيات

إذا نظرنا مرة أخرى إلى قصة " ستيفن " ومدام " بوتز " ، يمكننا إضفاء بعض التعديلات البسيطة على المشهد ليصبح كما يجب أن يكون عليه ، وبدلاً من أن تكون الرسالة المتضمنة به هى : " أنت فظ عديم اللياقة " ، كان من الممكن أن يضرب والد " ستيفن " مثلاً للسلوكيات الجيدة ، وبينما كانوا يتوجهون إلى الباب كان يمكنه أن يقول ، " حسناً مدام " بوتز " ، لقد كان عشاءً رائعاً ، لقد استمتعنا به أنا و " ستيفن " كثيراً ، أليس كذلك يا " ستيفن " ؟ " فيقدم الأب سلوكاً جيداً ، ويتعلم الابن درساً قيماً . ولن يكون هناك مجال لأى خزى أو خجل . لقد أغفل والد " ستيفن " فى السيناريو الأول قاعدة رئيسية من قواعد الأبوة وهى : كى تنشئ أطفالاً يراعون مشاعر

الآخرين وحقوقهم ، يجب على الآباء والأمهات أن يكونوا هم أيضاً كذلك يراعون مشاعر وحقوق الآخرين .

اشرح لأبنائك الأسباب المنطقية وراء السلوكيات ( الجيدة ) ـ السبب الذى يجعلك تكتب عبارة " شكراً " ، أو السبب الذى يجعلك تنتظر حتى يُقدم الطعام لكل الجالسين على المائدة حتى تبدأ فى تناوله ، بدون تفسير كهذا منك قد تبدو السلوكيات محيرة لهم . بالتأكيد هناك عادات تتم لأنها من نوع : " لأنها هكذا وحسب " ، وهى عادات يلتزم بها الناس أساساً لكى يحققوا تفاعلاً اجتماعياً ، سلساً . ومع ذلك ، فإن الطفل الذى يبلغ عمره سبع سنوات لا يفهم كثيراً لماذا يجب عليه أن يترك كمية كبيرة من المكرونة الأسباجيتى فى الطبق فى حين أنه يستطيع أن يلف كل ما فى الطبق حول الشوكة التى يأكل بها .

## التفاوض

التفاوض لتسوية المشكلات هو أحد المهارات الأساسية التى تمكن الطفل من إشباع احتياجاته . قد يريد أن يقايض على القرنبيط مقابل البسلة ، أو يستبدل لعبة الشاحنة بطائرة صديقه الذى يلعب معه ، أو لكى ينضم لفريق الكرة الذى بدأ نشاطه تواً . كى يحقق هذه الأشياء ، فإنه فى حاجة لأن يعرف كيف يساوم ، وهذا يعنى أن يعرض شيئاً له قيمته فى مقابل ما يريده ، فإذا استطاع أن يقنع رفاق المدرسة أنه سريع فى العدو ، فربما يستطيع أن يحصل على هذا الموقع الذى يبتغيه فى الملعب .

إليك هذه الأفكار المتنوعة التى يقترحها الآباء والأمهات الناجحين لتعليم الأبناء مهارات التفاوض :

- عليك أن تعقد صفقات بسيطة مع ابنك ، بحيث لا تتعدى هذه الصفقات حدوداً كان قد تم وضعها من قبل مثال لهذه الصفقات ، " إذا أديت عملك الروتينى بالبيت هذا الأسبوع دون أن أضطر لتذكيرك به ، سنخرج لتناول البيتزا مساء الجمعة " . وهذا لا يُعد رشوة مثل تقديمك حلوى لطفل يصرخ فى متجر البقال . إنها مجرد مكافأة للالتزام باتفاق ما .
- عَلِّم ابنك التفاوض بأن تفسره له مستعيناً بالأمثلة ، اجعله يراك وأنت تعقد اتفاقات مع الآخرين كأن تقول لزوجتك أو ابنك الآخر : " إذا طويت الغسيل ، سوف أقوم بإعداد العشاء الليلة " . اشرح للعامل الذى يُصلح الأشياء على مسمع من ابنك . " أود أن أستعين بشركتكم فى إصلاح هذا الشيء ، لكنى لا أستطيع أن أنتظر حضورك طوال اليوم . هل يمكنك أن تحدد موعداً إما بين الساعة الثامنة وحتى الثانية عشر ، أو بين الواحدة والرابعة ؟ " اجعل فكرة الأخذ والعطاء واضحة .
- شجع ابنك على اتخاذ قراراته بنفسه عندما يكون هذا ممكناً ، بدلاً من أن تقول : " إننا ذاهبون اليوم للمنتزه لكى نلعب بالأرجوحة " . أخبرنا أحد الآباء ماذا يقول فى موقف كهذا :

**سوف أقول : " يمكننا أن نذهب إما إلى الحديقة أو إلى المنتزه ، إذا ذهبنا للحديقة ، فيجب أن تنظفوا غرفتكم الآن لأنه لن يكون لديكم وقت قبل العشاء لتفعلوا هذا . إذا كان كل ما تريدونه هو**

استعارة كتاب من المكتبة ، يمكنكم تنظيف الغرفة عندما تعودون ، الاختيار متروك لكم " . ونصيحتى لك ، عندما يسألونك أن تساعدهم فى اتخاذ مثل هذا القرار ، لا تجعلهم يستدرجوك لهذا ، فهو يضر أكثر مما يفيد . أخبرهم أنهم قادرون على تحديد ما يريدونه . وقل شيئاً مثل : " إنه وقت اللعب المخصص لكم ، لذلك فإن القرار قراركم " ، واتركهم على هذا الحال ، فسوف يحددون ما يريدونه .

- اجعل ابنك يتحمل عقبات القرارات غير الصائبة ، فسوف يُحسِّن هذا قدراته على التفاوض بصورة واضحة . لقد أخبرتنا واحدة من الأمهات عن المرة التى اعتقدت فيها ابنتها " شيرلى " التى تبلغ من العمر ستة عشر عاماً أنها قد كسبت جولة التفاوض ، لكن انتهى الأمر برجوعها عن قرارها :

أخبرت " شيرلى " أن جونلتها القصيرة التى ترتديها أقصر من أن تستطيع أن تجلس بها فى الفصل ، لكن بالطبع جادلتنى وقالت إنها ليست كذلك . أخبرتها : " سوف يجعلها هذا الطول السخيف تنحسر عن ساقيك وترتفع لأعلى وستظلين طوال اليوم تجذبينها لأسفل " ، لكنى لم أقنعها ، ولم تكن مشكلتى أنا على أية حال ، بدون شك فى أن هذا سيحدث . وكالساعة الأتوماتيكية ، فى العاشرة تماماً من هذا الصباح ، جاءتنى مكالمة فى العمل : " ماما ، هل تستطيعين إحضار بنطلون جينز إلى المدرسة ؟ " كنت قد وضعت بنطلون جينز بالسيارة فعلاً ، وقد أوصلته لها فى ساعة الغداء المخصصة لى بالعمل ، فقد كنت أعلم أنها ستتصل .

## التعاون

يعلم المدرسون الجيدون قيمة المجهود الجماعى ، حيث يتحمل كل تلميذ المسئولية عن جزء معين من المشروع ، مثل هذا المشروع يتطلب الأخذ والعطاء ( تفاوض ) وتصرفات لائقة ( سلوكيات ) . فبينما يقوم أحد التلاميذ بالبحث فى موضوع ما ، يقوم آخر بتحديد النقاط المهمة أو برسم الخرائط والرسوم البيانية . وعضو آخر من الفريق يقوم بدور الكاتب ، بينما يقوم آخر بتجميع العمل فى كُل موحد . وإذا فشل أى تلميذ فى التفاوض مع الأعضاء الآخرين أو فى التعامل معهم بأسلوب ودود يتم استبداله بغيره على الفور .

إليك بعض الأساليب التى اتبعها الآباء والأمهات الناجحين فى تعليم أبنائهم كيف يتكيفون مع الجماعة .

- ساعد ابنك الصغير على التخطيط للأنشطة المنزلية . على سبيل المثال : الطفلة التى تبلغ من العمر ست سنوات تستطيع أن تعد قائمة تحضيرية بالأدوات والأشياء المطلوبة لحفل سيقام بالمنزل . اصطحبها معك إلى محل البقالة ، واتركها تختار بنفسها هذه الأشياء من فوق الأرفف . تروى لنا مدام " بيرويك " حادثة كانت نتاج لمثل هذه المشاركات :

**إن تكليف " بيتى " ببعض المهام جعل منها فراشة اجتماعية ، لم أبذل مجهوداً لجعلها تُعد المائدة على العكس ، لم أستطع إبعادها عنها ، اعتقدت أنه حفلها هى . كانت مندمجة فيه جداً لدرجة أنها استقبلت بعض الضيوف عند باب البيت وقادتهم مباشرة إلى مائدة**

العشاء فى حين كنا جميعاً نتناول المشروبات فى حجرة المعيشة :ولم أعرف بوجودهم إلا عندما ذهبت إلى حجرة الطعام لإحضار بعض الثلج وفوجئت بـ " مادلين " و" بيل " يجلسان هناك بمفردهما .

- إذا كنت تخطط للقيام برحلة ، اترك لأكبر أبنائك مسئولية حجز التذاكر وأماكن الإقامة أو تحديد المسار المنطقى للوصول إلى المكان المقصود . يقول أحد الآباء :

فكر فى تلك المتعة الكبيرة التى يحصل عليها الأبناء فى موقعهم بالمقعد الخلفى من السيارة عندما تتاح لهم فرصة المشاركة . كانت " ستانلى " تحب أن تقول : " حسناً يا أبى ، يمكنك أن تسلك الطريق السريع رقم ٤٠ ومنه إلى ٨٩ ثم إلى الأمام ، أو انعطف عند المنحدر القادم " . تذكر شعورك بالراحة عندما تسمع : هاك هو الفندق الذى سوف ننزل فيه ، فى المكان المتوقع تماماً " .

- كما ذُكر سابقا ( وفى الفصل السابق أيضاً ) ، فإن العمل التطوعى هو أحد الاهتمامات الأولية ، خاصة فيما يتعلق بتعليم الأبناء التعاون .

ساعدت أنا و " داون " فى تقديم أكثر من ألف وجبة فى صالة " أنتونى " للعمل الخيرى فى أحد الأعياد . قام الجميع بكل الأعمال بما فى ذلك الأعمال الشاقة مثل تقشير البطاطس ، وتنظيم الكراسى ، ومساعدة كبار السن فى الوصول لمقاعدهم ، والتنظيف . ففى تلك الصالة لم يكن هناك من يقوم بعمل فردى .

من الأنشطة الجماعية الأخرى التى تتطلب التعاون : إعداد التربة واختيار البذور وزرعها فى حديقة الخضروات ، وضع متعلقات الجدة المختلفة بالمرآب ، أو العمل مع جماعات العمل الاجتماعى فى المساعدة على تجديد الأجزاء المتهدمة من المدينة .

## تكوين صداقات

يتمرس الأبناء على تكوين الصداقات وهم فيٍ الخامسة وحتى العاشرة من عمرهم . فى هذه السن لا يحددون تماماً من هو الصديق الذى يريدونه ـ أو من الذى يريدهم كأصدقاء ـ كما أنهم لا يدرون كيف يفعلون هذا ؛ لذلك فهم يجربون أشياءً مختلفة وأطفالاً مختلفين . عادة ما تكون مثل هذه الصداقات قصيرة الأجل ولا تدوم طويلاً ، لكنها جزء من التمرس على بناء واكتساب هذه المهارة التى تساعد الأبناء على تكوين علاقات حقيقية عند وصولهم لسن المراهقة .

عندما يبدأ الأبناء فى الارتباط بأول هذه العلاقات المتقلبة وعلى الرغم من كونها مجرد مقدمة لشيء حقيقى ، فإنها غالباً ما تكون أولٍ مأزق حقيقى يواجه الآباء والأمهات ـ مأزق يجر على القلب حزناً ـ إنها طور من أطوار العلاقة بين الطفل وأبويه وحالة من الشعور بالمتعة المشوبة بالألم ، ففى هذه المرحلة يصبح " الصغار " فى غير حاجة ماسة لأبويهم كما كانوا قبل ذلك . لا يسعهم إلا أن يشعروا بالألم عندما يفكر هؤلاء الآباء والأمهات فى الوقت الذى كان فيه أبناؤهم يريدونهم وحدهم . ولكن وعلى الرغم مما قد يسببه هذا من ألم ، فإنه يجب أن يلتفت الآباء والأمهات إلى قاعدة هامة وحاسمة يفشل

الكثيرون فى إدراكها وهى : يجب أن تنفصل أهدافهم تماماً عن أبناءهم ، لا أن تلتصق بهم ، وكلما كان هذا مبكراً كلما كان أفضل .

يُعد هذا أحد أكثر المآزق صعوبة فى مشوار الأبوة ، وفيه يتبادل الوالدان الأدوار مع أبنائهم . عندما يولد الأطفال يلتصقون بأبويهم للحصول على الحب والطعام ، ولكن عندما يكبرون ويبدأون فى الابتعاد يكون الآباء والأمهات هم الذين يحاولون الالتصاق بهم . قاوم هذا الشعور المضاد بالتبعية والالتصاق بأبنائك وعلمهم أن يكونوا صداقات وهم فى سن مبكرة ،ابتداء من عامين أو ثلاثة . سوف يحسن هذا بصورة رائعة من فرصهم فى إنشاء علاقات لها معنى خارج حدود الأسرة . مما يُعد أحد الأهداف الرئيسية لتنشئة الأطفال فى المقام الأول .

إذا كانت اجتماعيات أبنائك تسير فى طريقها الصحيح ، سوف يتغير دورك كوصى وحارس ، وتدريجياً سوف ينظر أبناؤك إلى العائلة على أنها السكن الأصلى الذى يسكنون إليه عند الضرورة مثل الطيور ، تطير وترفرف حول المكان وتبدأ فى الخروج من العُش أكثر وأكثر حتى يأتى اليوم الذى يهجرونه فيه تماماً . لا تنزعج لهذا ، بل ابتهج ، لقد أنشأت أبناء أسوياء .

## أعز الأصدقاء

فى أول رحلاتهم الخيالية خارج العش يكون الأبناء فى حاجة لوالديهم . إن تكوين علاقة وثيقة مع صديق هو بمثابة أعز الأصدقاء تعد خطوة رئيسية فى حياة أبنائنا الاجتماعية ؛ فهى تنقلهم خارج حدود الأسرة إلى مكان آخر يستطيعون فيه أن يتقاسموا الصداقة

والمشكلات والمتعة التى لا يستطيعون أن يتقاسموها مع آبائهم ، أو أمهاتهم ، أو أخوتهم .

من خلال ثقتهم فى صديق ما ، يستطيع الأبناء أن يبددوا مخاوفهم التى غالباً ما تنشأ من داخل الأسرة نفسها . لكنهم يواجهون نفس المشكلة التى يواجهها الكبار عند لقائهم بأناس جدد . فلا أحد يريد أن يخطو الخطوة الأولى . ساعد ابنك على تخطى هذه العقبة بأن تخبره بأن الأطفال الآخرين سوف يسعدون بلقائه والتعرف عليه لكنهم فقط متوجسين من البداية . هذا شيء مهم لأنه يزيل عنه العبء ، ويبين له أن المشكلة ليست فيه هو . وبمجرد أن يتضح له هذا ، سوف يبادر بعقد صداقات ، مثلما فعل هذا الأب عندما كان صغيراً :

**كنت أحب " ألفيس بريسلى " ، وكذلك صديقى " كليف " ، وكان هذا هو ما يربط بيننا . كيف عرفت أنه يحب " ألفيس بريسلى " ؟ فى أحد الأيام ونحن بالصف الخامس ، رأيته يرتدى حزام " ألفيس بريسلى " القرنفلى اللون والذى يحمل بعض العبارات الموسيقية . أتتذكر هذا الحزام الرفيع ذو الحلية على جانبه والذى كانوا يرتدونه فى الخمسينيات ؟ ذهبت مباشرة إليه وأخبرته أننى أنا أيضاً أحب " ألفيس بريسلى " . كان هذا كل ما استغرقه تعرفى عليه ـ حزام " ألفيس بريسلى " الصامت هذا ، إننا أصدقاء لمدة ثلاثين عاماً الآن . أتذكر كيف كنا نحدق فى صورة " ألفيس بريسلى " على غلاف ألبومه ، وكيف كنا نحاول أن نقلد تسريحة شعره ، المشكلة الوحيدة كانت عندما ينمو شعرى ليصلح كى أعقده فى شكل زيل بطة تشبهاً بـ " ألفيس بريسلى " ، بينما كانت أمى ترسلنى إلى الحلاق كى أقص شعرى بطريقة كانوا يسمونها آنذاك الحلاقة التقليدية للصبيان .**

**وهى تعنى شعر قصير مع تشذيب للسوالف وكنت أعود للمنزل دائماً في صورة بعيدة الشبه تماماً عن " ألفيس بريسلى " .**

أعز الأصدقاء يجعل من فصول الصيف الطويلة متعة كبيرة . فبصحبتهم يخطط الأبناء لبناء قلعة ، ويلعبون فى البحيرة ، ويصنعون مخبوزات يبيعونها على جانب الطريق وهم يمنحون بعضهم فرصة الاهتمام العميق بشخص ليس من بين أعضاء العائلة ، وهى خطوة رئيسية لنمو الضمير . يمكنك أن تساعد فى تقوية هذه العلاقة بأن تتقبل بصدر رحب وجود هذا الصديق داخل المنزل وأن تشجع الأنشطة التى تسعدهما .

ولكن كن حذراً ، فصداقات الصبى تتمكن فيها النزوات ؛ لذلك عليك أن تكون مستعداً لأن تخفف عن ابنك شعوره بالأسى عندما تتفكك روابط هذه الصداقات ـ وغالباً ما يحدث هذا . وكما ذكرنا ، فإن الأبناء يتدربون على تكوين الصداقات ، أحياناً لمجرد التدريب على ذلك وحسب ، أحياناً أخرى لأنهم يكونون فى حاجة لتقوية الأنا الداخلية أو للتأكد من أنهم جذابين أو مرغوبين . وعندما تنجز هذه المهمة ؛ يشعر الطفل الذى ظن أن لديه صديق العمر أن الأمر كله كان خدعة ، إن هذه الصداقة ما هى إلا " مجرد تدريب " كى تساعد على تخفيف التوتر الناجم عن انهيار الصداقة ـ غالباً ما يتسبب انهيار أول صداقة فى جرح عاطفى عميق يعانى الطفل منه ـ كن حريصاً ولا تقلل من أهمية هذا الرفض الذى تعرض له ابنك من قبل صديقه ، وبدلاً من ذلك ، اربط بين ما حدث له وما حدث لك أنت أيضاً ذات يوم عندما تخلى عنك شخص كنت تثق فيه . سوف يساعد هذا فى تخفيف الألم الذى يشعر به .

**عندما عادت " دارس " للمنزل كسيرة القلب بسبب انهيار صداقتها ، أخبرتها عن تلك المرة التى قالت فيها " شانون " أعز صديقاتى أنها سوف تقابلنى عند مدرسة " جيفرسون " الثانوية فى الساعة الثالثة . كنا فى شهر مايو وكنا نذهب جميعا بعد المدرسة إلى البحيرة للسباحة ومقابلة بعض الأصدقاء ، وبينما كنت أقود سيارتى فى اتجاه المدرسة فى الساعة الثالثة إلا ثلث ، رأيت " شانون " ومجموعة أصدقاء آخرين يسيرون فى الاتجاه الآخر ، وكانوا يتبعون سيارة الأصدقاء المتواعدين معهم وكانوا جميعاً يهتفون ويصيحون من النافذة متجهين للبحيرة لقضاء وقت طيب بدونى ! لم تستطع الصديقة الجيدة " شانون " أن تنتظر أعز صديقاتها عشرين دقيقة تعسة ، صدمنى ما حدث ولم أتحدث إليها شهر كامل . على أية حال ، عندما انتهيت من قصتى ، هرعت " دارس " إلىَّ وطوقتنى بذراعيها ، وكأن هذه القصة قد حدثت بالأمس ـ وقالت : " لا تحزنى يا أمى ، لم تكن تقصد هذا " . لم أدر إذا كنت أضحك أم أبكى ، لكنى رأيتها وقد تحسنت حالتها .**

## الخجل

عندما يخرج الأطفال لحياتهم ، يقابلون أطفالاً آخرين لهم شخصيات تختلف عن شخصيات أصدقائهم المعتادين ، هذا التفاعل شيء صحى لأنه يتطلب نوعاً من التكيف ، وهو أحد العناصر الأساسية للاجتماعيات الناجحة . إن تخطيط وتشجيع مثل هذا التفاعل لابنك يمنع الخجل ـ أو هو ترياق ضده ـ وهو حالة يعانى منها كل الأطفال بدرجات مختلفة لكنه ، قد يتطور أحياناً إلى اضطراب عصبى جاد إذا لم يقاوم مبكراً .

عندما يقابل طفل خجول متردد طفلاً آخر أكبر منه قليلاً ولديه قدرة أكبر على التعبير ، يكون هناك احتمال أن يخرج هذا الطفل من قوقعته ، خاصة إذا لم يكن هناك أطفال آخرون يتدخلون فى هذا التفاعل والذى ينشأ بين طفل وطفل ، وإذا كان هذا الطفل محاصر بحماية من والديه ، فإن مقابلة طفل أكثر شجاعة منه من الممكن أن يكون لها تأثير مصحح عليه ، وأن يفتح أمامه مجالاً لألعاب أكثر تفاعلاً مع الآخرين . المثال التالى يبين كيف يمكن للأطفال أن يكون لهم تأثير على بعضهم البعض .

**كان لدى رعب وهلع من الثعابين ، لا أستطيع حتى أن أنظر إليهم فى التلفاز ، ولم يكن هذا شيئاً جيداً لابني ذى الثمانية أعوام ؛ فقد جعله هذا يخاف من الأشياء الزاحفة أيضاً . وفى أحد الأيام أحضر إلى البيت سحلية من هذا النوع الذى يشبه التمساح ، كانت جميلة جداً وكأنها تمساح صغير . لا أدرى لماذا لم ينزعج لوجودها ؟! لكن هذا ما حدث فعلا ، لقد أمسك بها " روبى " فى الحقل عندما كان يلعب مع ابن الجيران الذى كان يحب العنكبوت والثعابين وكل الحيوانات ، وقد علمه هذا الصبى كيف يتتبع السحلية ويمسكها من خلف فكيها حتى لا تلدغه ، وبمجرد أن فعل هذا ، زال عنه الخوف وبدأ يحضر فئران الحقل والضفادع إلى البيت ، كان هذا الصبى عوناً كبيراً لـ " روبى " كى يتخلص من خوفه .**

قد يواجه الطفل الخجول مشاكل أخرى لا يواجهها الأطفال الآخرين عادة : مثل زميل مُستأسد يتحرش به . وما يحدث غالباً هو أن الأطفال العدوانيين ينتقون الأطفال الخجولين كأهداف سهلة للاضطهاد ، لذلك عليك بإعداد طفلك ببعض السياسات التى تجعله

يتفادى هذا التحرش غير المرغوب فيه . ومن خلال لعبة الأدوار ( تمثل دور كل شخصية ) علمه أن يقف هكذا واثقاً ويقول لهذا الطفل المعتدى " لا تضايقنى " ، أو " ابتعد عنى " ؛ لأن الذى يجعل هؤلاء المستأسدين من الأطفال ينجحون هو أنهم يروون ضحاياهم ينكمشون مرتعدين .

## المراهقة وضغوط الرفاق

إن الأطفال الذين لا يستطيعون أن يتغلبوا على ضغوط مرحلة المراهقة ويتجاوزونها هم غالباً هؤلاء الذين نشأوا فى بيئة أسرية متسلطة أو بيئة متساهلة متراخية ، وكل منهما لها تأثيرها السيئ الذى يجعل الأطفال غير قادرين على تكوين هوياتهم الذاتية . وكما سبق وذكرنا فى الفصل الثالث ، فإن الآباء والأمهات المتسلطين لا يحترمون أبناءهم ولا يثقون فيهم بدرجة تكفى لجعلهم يتخذون قراراتهم بأنفسهم ، والنتيجة ؟ عند بلوغهم سن المراهقة يصبح هؤلاء الأطفال مكبلين وغير قادرين على حماية أنفسهم ، وهذا يجعلهم يبحثون عن التأييد والمساندة من رفاقهم . وبالمثل يتعرض الأطفال الذين ينشأون فى بيئة أسرية متساهلة لضغوط الرفاق ؛ لأن آباءهم وأمهاتهم المتساهلين قد علموهم أن ضبط النفس والاعتماد عليها صفات غير ضرورية ، وفى كلتا الحالتين يبحث الأطفال لدى رفاقهم عن التوجيه والإرشاد الذى افتقدوه فى منازلهم .

لكنهم لا يحصلون من هذه الصفقة مع الرفاق على نصيب عادل . فعندما يبحث هؤلاء الأطفال الضعاف عن التأييد والمساندة لدى رفاقهم ، تصفعهم حقيقة لاذعة وهى أن رفاقهم أكثر استبداداً وتسلطاً

من آبائهم وأمهاتهم ! فإلى أين يتجهون الآن ؟ إلى الإذعان والاستسلام أم إلى المشاكل والمآزق ؟

لم يعان التلاميذ ـ موضوع دراستنا ـ من مثل هذه المحن القاسية ، ففى مرحلة ما قبل المراهقة تميزت شخصياتهم بثلاث صفات واضحة أفادتهم عند دخولهم مرحلة المراهقة ، الصفة الأولى : أنهم قد تعلموا أن يكونوا ودودين مع الآخرين بدرجة كبيرة ، بغض النظر عن انتماءاتهم . والصفة الثانية : أنهم كانوا واثقين ، لا يبحثون عن تأييد أحد لأنهم مؤيدون بالفعل من أنفسهم . والصفة الثالثة : أنهم كانوا فى غاية الذكاء ولديهم براعة فى الاستجابة لاحتياجات زملائهم بطريقة تجعلهم جذابين ومرغوبين . وعند بلوغهم سن المراهقة اتخذ آباؤهم وأمهاتهم خطوات مُسبقة لكى يضمنوا لهم انتقالاً فعالاً وسلساً من الطفولة إلى البلوغ . إليك بعضاً من أهم هذه الخطوات :

- ركز على قيمة الجاذبية الشخصية ، لا على الجمال الخارجى . انظر إلى اهتمام ابنتك بهيئتها الجسمانية ، وأخبرها أنها تستطيع أن تتغلب على مشكلاتها الظاهرية ـ مثل حب الشباب ـ والتى تُعد فى هذا المجتمع الذى يتخذ من فتيات الغلاف مُثل عليا بمثابة موت اجتماعى .
- لدى المراهقين اعتقاد خاطئ بأنهم محط أنظار رفاقهم ، فى حين أن الحقيقة هى أن مثل هذا التركيز من رفاقهم عليهم هو من صُنع خيالهم إلى حد كبير . تشرح واحدة من الأمهات هذه المسألة لابنتها فتقول :

**يشعر أصدقاؤك أيضاً بالقلق خوفاً من ارتكاب الأخطاء مثلك تماماً . فهم لا يريدون أن تتجه الأنظار إليهم . أعرف أنك تشعرين كأنك السمكة الذهبية الوحيدة فى الإناء ، لكنك لست كذلك .**

اشرح لهؤلاء الأبناء القلقين كيف أن قلقهم هذا يبدد الطاقة التى يمكنهم أن يستخدموها بشكل أفضل فى الانفتاح على العالم الحقيقى ، عالم ليس فى خطورة مخاوفهم .

- يمكنك أن تعقد حوارات تدريبية بالمنزل كى تُعد ابنتك المراهقة لمقابلة أناس جدد . اجعلها تأخذ بزمام المناقشة فى موضوعات سياسية أو اجتماعية ، وتعامل مع الجلسة على صورتها الطبيعية باعتبارها مجرد تدريب ، لا تضخم من حجم المجهود الذى تبذله ، وتتظاهر بأنك تفعل ما تفعله كوسيلة تساعدك فى تعليمها وتربيتها . أخبرها بوضوح أن إدراكها لما يدور حولها هو جزء مكمل للاجتماعيات الناجحة .
- شجع ابنك على مناقشة أشياء تهم رفاقه ، مثل الأنشطة الرياضية التى يحبونها أو المواد الدراسية التى تثير اهتمامهم . ويمكنك هنا أن تسأله أسئلة وتستوضح رأيه فى اهتماماتهم واحتياجاتهم ـ هم وليس هو ـ فمن خلال هذا يُظهر قدرته على أن يكون صديقاً جيداً . إن أكثر الأشياء إظهاراً لقلة المودة والمحبة هو التحدث عن النفس طوال الوقت .

**اقترحت على " دوج " بعد أن يصادق رفيقاً جديداً أنه إذا شعر ذات مرة أن هذا الصديق لديه مشكلة أو هم لا يستطيع أن يتحدث فيه**

**بحرية مع أبويه ، فيجب أن يتعاطف معه وأن يظهر له اهتمامه بأن ينتحى به جانباً ويتحدث معه باستفاضة عن الموضوع الذى يؤرقه . هذا هو الغرض من وجود الصديق الجيد ، والذى يبحث عنه كثير من الناس فى علاقة الصداقة ، ولكنهم لا يجدونه أبداً .**

- كى تساعد على نمو صداقة قوية ، شجع ابنك على أن يتبع لقاءه الأول مع صديق منتظر بمكالمات هاتفية شخصية ، وأن يدعو هذا الشخص الذى تعرف عليه حديثاً إلى نزهة أو رحلة ، أو يخطط معه لأى أنشطة أخرى . وكما سبق وذكرنا ، سيجد ابنك أنه حين يخطو الخطوة الأولى فى اتجاه الصداقة سيأتى إليه الصديق مسرعاً .

## الهوية

المفارقة الواضحة فى مرحلة المراهقة أنه بينما يشعر المراهقون الناضجون بحاجة ملحة للابتعاد عن آبائهم وأمهاتهم لتحقيق استقلالهم ، إلا أنهم يصبحون معتمدين على رفاقهم ليحصلوا منهم على التأييد . يربط غالبية المراهقين بينهم وبين أصدقائهم ؛ فكلما زاد التشابه بينهم وبين هؤلاء الأصدقاء ، كلما شعروا بارتياح .

فى بحثهم عن الهوية ، يقارن المراهقون كل شيء ، وتصبح الموضوعات الساخنة لديهم فى بداية سن البلوغ هى الهيئة الجسمانية والعقل والملابس ، كما يبدأون فى الاهتمام بالجنس الآخر ، وتتفشى بينهم الإشاعات والقيل والقال ، مَنْ أكثر ذكاءً وجاذبية ؟ من يتقدم ويتطور ؟ من يخرج مع من ؟ من الفارس ؟ من الفاتنة ؟ من أنا ؟

إحدى الصفات الرئيسية للمراهقة الميل الغريزى المبالغ فيه للظهور فى الصورة المثالية ، ويبدأ هذا بهاجس المرآة . فيتمرسون على تطوير هيئتهم بابتسامات مفرطة ونظرات مثيرة ، وشعر متطاير وعضلات مدربة ، وحين يعتقدون أنهم قد قرروا أخيراً ماذا سيرتدون ( وهو قرار ضعيف دائماً ) ، يعودون مرة أخرى للمرآة كى تنتابهم الهواجس لوقت أطول ليتأكدوا مما إذا كانت ملابسهم متناسقة أم لا .

## الملابس والمظهر الخارجى

إذا كنت فى الرابعة عشرة من عمرك وذهبت إلى مركز تجارى مرتدياً بنطلون جينز وحذاءً خفيفاً فى الوقت الذى يرتدى فيه كل من حولك بنطلون قصير ( شورت ) وصندل ، فلاشك أن حالتك النفسية سوف تسوء . إذا كنت محظوظاً واستطعت أن تغافل مجموعة الأصدقاء قبل أن يروك ، فسوف توفر على نفسك هجومهم واشمئزازهم وتنطلق عائداً إلى البيت لتبدل ملابسك . أخبرنا أحد التلاميذ عن صديق له ، عندما كان يستعد للخروج مساء يوم جمعة وأخذ يبدل ملابسه متردداً بين زى تقليدى متزمت والزى السائد من بنطلون جينز ممزق وجاكت الدراجة البخارية :

**فى الساعة التاسعة من مساء نفس الليلة ، أصاب اليأس هذا الصديق واتصل قائلاً إنه سوف يخلد للنوم ، فقد فَقَد الرغبة فى الخروج . لقد كان فتى جيداً ، لكن كانت مشكلته أنه لا يدرى إذا كان يفضل أن يكون تقليدياً متحفظاً ، أم عصرياً مجدداً ؟**

فى الحقيقة ، ليس هناك ضرر من هوية الكراسى الموسيقية هذه طالما أن الملابس ليست همجية جداً ، خاصة بالنسبة للفتيات . أخبرتنا العديد من الأمهات أن الملابس المستفزة المثيرة لم تدخل بيوتهن حتى تركت بناتهن البيت فى سن الثامنة عشر " وهو سن قد يكون لديهم فيه عقل راجح وقد لا يكون " ، هكذا قالت إحدى الأمهات .

أخبرنا أب آخر عن المرحلة التى كان يُصر فيها ابنه الذى كان فى الرابعة عشر تقريباً على ارتداء قميص " فان هالين " الممزق كل يوم ، بغض النظر عن طبيعة الطقس ممطراً كان أو مشمساً . وقد وصلوا معه فى النهاية إلى اتفاق مشترك يتلخص فى أنه يستطيع أن يرتدى ما يشاء فى المنزل ، أما عندما يخرجون إلى أماكن عامة ، فلابد أن يرتدى ملابس طبيعية إلى حد ما . وافق الابن وأضاف للاتفاق أنهم عندما يذهبون لشراء ملابس له فهو الذى سيختارها .

**أخبرنا " روب " أنه طالما إننا ملزمون بدفع ثمن هذه الملابس ، فسوف نحدد نحن الميزانية التى ستنفق عليها وحدود تكلفتها ، وفى إطار هذه الحدود ، يمكنه أن يفعل ما يريده . أتذكر أيضاً أننا أعدنا ذات مرة زوجاً من الأحذية السوداء ـ ذات الرقبة الطويلة والنعل المطاطى السميك والتى تشبه أحذية الجيش ، والذى كان يزن الحذاء الواحد منها عشرة أرطال ـ إلى المحل الذى اشتراه منه ؛ لأننى كنت لم أكن سأتركه يمشى مختالاً بهذا الحذاء ليتلف أرضية المطبخ .**

مشكلة أخرى من مشاكل المظهر الخارجى ، وهذه المشكلة ليس لها علاقة بالملابس ؛ لأن الملابس لن تُحد منها .

بعض الأبناء لا يتمتعون بجمال المنظر ، ناهيك عما يفعلونه لتحقيق هذا . ماذا لو أن ابنتك كانت تُصنف على أنها قصيرة وسمينة ، أو أن ابنك الطويل النحيف يبلغ وزنه ١٣٠ رطلاً ، أضف إلى هذا أن حب الشباب يتلف بشرته ؟ الإجابة هى : أخبار سيئة ، وهنا تبدأ وعورة الطريق . لن يجدى نفعاً مع هذا خزانة مليئة بالملابس ، أو شعر رائع ولا حتى مستوى دراسى جيد أو مهارات رياضية رائعة ، فالحياة قاسية على الأبناء المعيبين الذى يرغبون فى الكمال . إن هؤلاء الأبناء فى حاجة لمساعدتك لتخطى هذه المرحلة من الشك وعدم اليقين أكثر من أى وقت آخر فى حياتهم .

إليك بعض هذه الوصفات التى نجحت مع الآباء والأمهات الخبراء :

- أخبر ابنتك بأنه على الرغم من أن الصورة لا تبدو كذلك فى مجتمع يؤكد ويشدد على الجمال والكمال ، فإن صفاتها الأخرى أكثر قيمة وقدراً . استخدم القول المأثور " لا تحكم على الكتاب من عنوانه " ، فهذا هو الوقت المناسب له .

كان واحد من الآباء الذين التقينا بهم يسأل ابنته التى تبلغ خمسة عشر عاماً من عمرها بعض الأسئلة المتفتحة عندما كانت تبدأ فى الشكوى من جمالها المتواضع :

**هل الفتيات الجميلات يتمتعن بنفس المهارة التى تتمتعين بها فى كرة القدم والرياضيات ؟ هل هن ودودات مثلك ؟ هل فيهن من هى فى رجاحة عقلك ؟ هل يمكن اتخاذهن أصدقاء مخلصات مثلك ؟ هل تعتقدين أن جمالهم هذا يساوى شيئاً إذا كان هو كل ما يتمتعن به**

**الجمال وحسب ؟ فكرى فى هذا يا " نادين " ، هناك الكثير مما هو جدير باهتمامك . دعينا نتخطى هذه المسألة .**

قال السيد " توبتشل " إن هذه ( الأقوال ) ـ كما أطلق عليها ـ لم يكن تأثيرها يدوم حتى الصباح ، فقد كانت تدخل من أذن لتخرج من الأخرى . لكنها أثرت على " نادين " فى النهاية وجعلتها تفكر فى قضايا أكثر واقعية من قضية جمال المنظر .

- تجنب الرياء : فلاشك أنك لا تريد أن تجعل من ابنك أضحوكة ؛ لذلك لا تنتقد نفسك ولا تقلل من شأن هيئتك الجسمانية فى كل مرة يزيد فيها وزنك أو ينقص . لا تُلفت الانتباه للعيوب الجسمانية إن لم يكن من الضرورى الحديث عن جمال المنظر .
- كونك فتاة رشيقة وجميلة بمقاييس الجمال المادى لا يعنى أن هذا جمال حقيقى ؛ ومثل هذا الجمال لا يدوم للأبد . ضع قائمة بأناس لا يتمتعون بجمال فتيات الغلاف . لكنهم ناجحون وسعداء على الرغم من جمالهن العادى . ربما يمكنك أن تسأل ابنتك السؤال الذى وجهته واحدة من الأمهات لابنتها :

**ما هو الأهم ، إهدار الطاقة فى القلق على تسريحة الشعر وما شابه ، أم تنمية علاقات ذات معنى مع مجموعة منتقاة من الناس يفكرون بطريقة أكثر عمقاً من هذا ؟**

عندما تبدأ شخصيات الأبناء المراهقين فى الاستقرار أخيراً ، ويبدأون فى الشعور بأنفسهم بطريقة أفضل . ويبدأون فى الشعور

بإحساس يحفزهم على الخروج من العُش . لكنهم ليسوا مُعدين بعد للطيران قريباً من الشمس ، إنهم فى حاجة إلى بديل آمن لموطئ قدمهم الذى هم بصدد تركه ، فهم يقفزون إلى غصن آخر وعُش آخر من نوع مختلف : " الجماعات " .

## الجماعات

يكتسب المراهقون شعوراً بالأمان من مجموعة رفاقهم التى تؤيد وتساند استقلالهم وابتعادهم عن آبائهم وأمهاتهم . لكن الاستقلال لا يعنى الانفراد والعزلة ـ إنه بعيد عن هذا تماماً . إن أعضاء الجماعات يدفعون ثمن التحاقهم بها ، فالاختلافات مرفوضة فى جماعات الرفاق ، واليد العليا فيها تكون لمساندة الأعضاء بعضهم لبعض من خلال تشابههم وتماثلهم . وكذلك فإن الجماعات تبذل ضغوطاً هائلة على أعضائها كى يلتزموا به ، بل ويطوروه . وبسبب انفعالهم العاطفى وتعجلهم للانضمام لهذه الجماعات ، يكون الأبناء الصغار مستعدون لدفع ثمن القبول بها لأنهم إن لم يفعلوا ذلك ، يصبح من الصعب عليهم الانضمام لأى من جماعات الشعر ، أو الحاسوب ، أو الفروسية ، أو الجماعات التقليدية ، أو المجددة .

إذا غامرت الفتاة المراهقة بالانضمام لواحدة من هذه الجماعات ، لابد أن تكون على استعداد لامتطاء جواد البرونكو ( جواد قزم ) لبعض الوقت ؛ لأنه لابد لها أن تثبت قدرتها على التشبه والتكيف مع هذه الجماعات وأهدافها ، أو قدرتها على تقديم إسهامات جديدة تثبت فهمها واهتمامها بموضوعات هى محل اهتمام الجماعة بكامل أعضائها ، وإن لم يلْق ما تقدمه قبول الجماعة ، فسوف يُنظر إليها

على أنها عائق مُعطل وليست معيناً ، الأمر الذى يجعل الجماعة تظهر بصورة سيئة فى عيون الآخرين ، وهى أفظع جريمة يمكن أن يرتكبها عضو من أعضائها .

يمكنك أن ترى الآن مدى أهمية القضايا التى ناقشناها فى الفصل الرابع والتى تخص ضغوط رفاق المراهق . عندما ينظر الطفل لنفسه نظرة تقدير ، فإن هذه النظرة تجعله يختار الجماعة التى يريد الانضمام إليها بدافع الاختيار والرغبة وليس بدافع الخوف . لا خطأ فى أن يرغب الطفل فى الالتحاق بجماعة من الرفاق الأصحاء الأسوياء والذين يشتركون معه فى نفس الاهتمامات ، غير أن مشكلة الانضمام إلى أى جماعة ، أو ناد ، أو حزب ، أو مُنظمة ذات شأن هى المشكلة الأزلية التى تجعل الجماعة المرغوبة جداً هى أكثر الجماعات صعوبة فى الانضمام إليها .

عندما تعود ابنتك للبيت وهى كئيبة لأنها فشلت فى الانضمام للجماعة التى اختارتها ، قد يكون إقصائها عن هذه الجماعة سببه ضعف فى المهارات الاجتماعية . أحياناً تكون الجماعة نفسها ليست متمرسة اجتماعياً ولم تدرك رغبة الفتاة فى الانضمام إليها أو ليس لديها الوسيلة التى تفعل بها هذا ، إليك بعض الاقتراحات التى تساعد بها أبناءك على ذلك :

- أخبر ابنك أن بعض الجماعات تبدو مقصورة على أعضائها ، فى حين أن هدفها الرئيسى هو الظهور بالمظهر الكاذب الذى يجعل الانضمام إليها يبدو صعباً ، وأنه إذا استطاع أن يرى ما خلف هذا المظهر الكاذب فربما يبحث عن جماعة أخرى كى ينضم إليها ، جماعة لا تهتم بالمظاهر . سألت أم ابنتها التى كانت

تهتم بمثل هذه الجماعات : " هل أنت متأكدة فعلاً أنك تريدين أن تصبحي عضوة في هذه الجماعة ؟ لو أنني مكانك لفكرت كثيراً قبل الانضمام إليها " .

- اشرح لابنك طبيعة هذه الجماعات المتقلبة ، وأخبره أنها لا تدوم طويلاً ؛ فهي سريعة الزوال ومتقلبة النزعات والأهواء كما أن بناءها وتماسكها ركيك ، فهي قد تكون موجودة اليوم أما في الغد فقد لا تجد لها أثراً . قالت أم " سالي " لابنتها :

**لا تختلف الجماعات عن الموضة في أي شيء ، أنا لا أصدق الأشخاص الذين يرتدون بدلة بوليستر مرفهة ، أتعرفينها ؟ هذه البدلة الزرقاء ذات التطريز البحري : إنها جميلة جداً . وكذلك قميص الديسكو الذي يرتدونه مفتوح الأزرار حتى نهايته والسلسلة الذهبية ، يا له من منظر ! إن الأشياء التي تفتقر إلى الجوهر الحقيقي تكون في منتهى البعد عن الأناقة ، ثم نعود ونتعجب لماذا أعجبونا في البداية . لقد كان والدك لا يهتم بالملابس إطلاقاً لدرجة أنني سئمت هذا القميص الأزرق الذي كان يرتديه طوال الوقت ، لذلك فقد اشتريت له قميصاً قرنفلي اللون ، لكنني أهدرت النقود التي دفعتها ثمناً له .**

- فكر مع ابنك في الجماعات والأنشطة الأخرى المتاحة . ناقش معه اهتماماته والأهداف المرجوة من الانضمام لإحدى هذه الجماعات ، وأخبره أن الجماعات " المعتدلة " تنفق كثيراً من طاقتها على أفكارها واتجاهاتها . قد لا يكون بها القدر المعتاد من المتعة لكنها جماعة من الأبناء الهادئين الذين لا ينزعجون كثيراً

بشأن المظهر ، لكن ما يعنيهم هو الاستمتاع بممارسة الأنشطة مع بعضهم البعض .

- تحرى عن إمكانيات ابنك لإنشاء جماعته الخاصة ، فإذا كان مهتماً بالعلوم ، شجعه على أن يدعو التلاميذ الآخرين ليشاركونه نفس الاهتمام لكى يكونوا جماعتهم أو ناديهم الخاص . وإذا كان يحب الأدب ، فساعده على أن يبدأ بالاشتراك فى نادى الكتاب الشهرى والذى يستطيع الأعضاء فيه أن يناقشوا عملاً أدبياً كل شهر ، وهذا ما فعله ذلك التلميذ :

**كنا شعراء . وعليه كان يجب أن نظهر بصورة مختلفة . أتدرى ماذا فعلنا ؟ ذهبت أنا و " إيرك " و " جون " إلى محل شهير واشترينا هذا الجاكت ذا الطراز القديم والذى اعتقدنا أنه مناسب جدا للوجاهة الفكرية ، وهو شيء لم يؤيدنا فيه أحد ، لكننا تصدينا له . كنا جميعا نحاول أن نتشبه بالشاعر والأديب " همنجواى " ، وكانت خطتنا أن نجلس أسفل شجرة البلوط القديمة أثناء ساعة الغداء كى نناقش بعض الأعمال الأدبية ، أعلم أنه عمل مثير للضحك . كنا نشكل جماعة خاصة بنا ، وقد نُشرت أعمالنا فى مجلة " فونكس " [ إحدى المجلات الأدبية ] .**

## التسكع

لقد انتهت الأيام التى كان يقول فيها الأطفال لبعضهم : " تعال إلى بيتنا لنلعب النرد " ، أولاً : لم يعد النرد شائعاً . ثانياً : لم يعد هناك شيء يتم بالمنزل . لقد أصبحت المراكز التجارية ومطاعم الوجبات السريعة ، والأندية ، والكافيتريات هى الأماكن التى يتم بها

كل شيء الآن ، وهى الأماكن التى يلتقون فيها ليتبادلوا الآراء حول الموسيقى الشعبية ، والرياضة ، ونجومهم المفضلين ، ومشاريع المدرسة ، وقيود الأبوة وموانعها ( ربما أحدها هو التسكع بالمراكز التجارية ) . ليس هناك خطأ فى أن " يتسكع " ابنك مع أصدقائه إذا وافقت على المكان الذى سيذهب إليه ، وإذا عاد إلى المنزل فى الموعد المتفق عليه . إن المراهقين يحتاجون للشعور باستقلالهم ، وممارسة الصداقات الحميمة ، لكن للآباء والأمهات حق والتزام من جهة الأبناء فى أن يعرفوا ماذا يحدث ، وإلى أين يذهبون . وحتى إذا اعترض الأبناء على ذلك ، فهم يعرفون أن اهتمامك هذا منبعه حرصك عليهم .

**إذا استطعت أن تبين لأبنائك بوضوح أن كل ما يهمك هو سعادتهم ـ وليس تفاصيل ما يدور بينهم ـ فسوف يقدر الأبناء هذا الاهتمام . قالت لى " كلوديا " ذات مرة : " أتدرين يا أمى ، صديقتى " مارى " لا تتصل لتخبر أمها أين نحن إطلاقاً ، حتى إذا تأخرنا كثيراً ، لا أعتقد أن أمها تهتم ، أو يعنيها أين هى . إنه شيء مجهد ومتعب، أن أتوقف لأتصل بك طوال الوقت لكننى سعيدة بهذا . إنك أم رائعة يا أمى " .**

عندما كان الآباء والأمهات ـ موضوع دراستنا ـ يشعرون بالقلق تجاه نشاط يمارسه أبناؤهم أو مكان " يتسكعون " به ، لم يترددوا أبداً فى الاتصال بآباء أو أمهات أصدقاء أبنائهم لمناقشة هذا ، وإذا اتفقوا على أن هذا المكان ليس هو المكان المناسب لهم ، سيصبح لديهم السلاح الذى يثقون به إنهم ليسوا الآباء " المبالغين " فقط .

هناك فائدة أخرى من الإبقاء على التواصل مع الآباء والأمهات الآخرين الذين يشتركون معك في نفس القيم والمفاهيم . يمكنك أن تُكوِّن معهم هيئة خبراء تتبادل معهم السياسات كي تغيروا خطط أبنائكم بأخرى توافقون عليها . يمكنكم أن تفكروا معاً ، وعندئذٍ سيكون لديكم فرصة هجومية للاحتيال على أبنائكم الذين لا يتورعون ـ في هذه السن ـ عن استخدام مناورات ماكرة جداً للاحتيال عليكم .

## الصداقة السلبية

الأطفال الجانحون لا يولدون من أرحام أمهاتهم على هذه الصورة . إنهم غالباً أبناء لآباء وأمهات متعسفين لا يعرفون كيف يعبرون عن حبهم لأبنائهم على نحو كاف ؛ لذلك فإنهم يجبرونهم على أن يبحثوا عما يفتقدونه من اهتمام في مكان آخر . مثل هؤلاء الأطفال التُعساء يتعطشون للحب ويفعلون أى شيء للحصول عليه ـ بما في ذلك المخدرات ، والجنس والجريمة الحقيقية ـ المشكلة التى يواجهها الآباء والأمهات هي أن هؤلاء الأصدقاء " الأشرار " يقدمون للأبناء نوعاً جديداً من الإثارة يكون من الصعب على من هو في الخامسة عشر من عمره أن يقاومه . إليك هذه القاعدة الصارمة والسريعة للتعامل مع هذه الصداقات غير المرغوب فيها وهي : حاول أن تمنعها .

لا شك أنك تريد أن يختار ابنك أصدقاءه بنفسه ، لكن هناك مسئوليتك الأبوية التى تفرض عليك أن تتأكد من أن اختياراته نافعة . عند بلوغ ابنك سن المراهقة ، سوف تكتشف أن هناك بعض الصداقات التى لابد وأن تعترض عليها ، تحديد هذه الصداقات غير المرغوب فيها لن يستغرق منك ثوان معدودة . ضع نُصب عينيك الأسباب التى

تجعل ابنك المراهق يختار مثل هذا الصديق : هل هى الألفة ، أم الإثارة ، أم خروجه عن المألوف فى تصرفاته ، أم قبول الرفاق له ، أم الجاذبية ، أم كونه " حلالاً للمشاكل " ؟ كل هذه الأسباب لا تُجيز هذا الاختيار مع احتمال تفجر مشكلة جادة ، إلا أن هذا ليس الوقت الذى يُمنح فيه ابنك الحرية المطلقة ، فأنت مازلت تُنفق على طعام ولُباس ابنك ؛ لذلك فمن حقك أن تعرف أين يذهب ، ومع من ، ويجب أن توافق على كلاهما .

لابد للأصدقاء أن يتركوا فى بعضهم البعض تأثيراً إيجابياً وليس سلبياً . لكى تتأكد من حدوث هذا وليس عكسه ، انتبه إلى بعض الأشياء التى شدد عليها الآباء والأمهات الناجحون :

- أفضل وسيلة وأكثرها وضوحاً تحمى بها ابنك من العلاقات السلبية هى أن تختار بعناية الحى والجوار الذى تسكن فيه . وبمجرد أن تقطنه ، دافع عن حقوقك . لقد قاوم أغلب الآباء الذين التقينا بهم بشدة محاولة إبعاد أبنائهم عن الحى الذى يسكنون فيه ـ والذى اجتهدوا كثيراً حتى ينتقلوا إليه ـ للالتحاق بمدرسة تبعد عنهم أميال كثيرة فى أحياء غير آمنة يصلون إليها بالحافلات .

**المدرسة الابتدائية التى فى منطقتنا قريبة جداً ( نشير إليها من النافذة ) . هى بالضبط على بعد ثلاث دقائق من السير عن منزلنا . لكنهم أخبرونى أن ابنى " كينت " يجب أن يذهب إلى مدرسة أخرى فى الجهة الأخرى من المدينة بسبب هُراء ذكروه لى عن معدل الحصص وبرامج قبول التلاميذ بالمدارس . لقد انتقلنا إلى هنا لأنه**

**المكان الذى أردنا أن ننشئ به أطفالنا والذى رأينا أنه أفضل مجتمع يمكنهم أن يعيشوا فيه ، ثم سمعت شيئاً آخر لا يمكن تصديقه لكنه على نفس المستوى من الغرابة وهو أن الطريقة الوحيدة التى تجعلنى أُلحق ابنى بهذه المدرسة هو أن أكذب وأقول أن لديه مشكلة نفسية وأنه لا يستطيع أن يبعد عن والديه هذه المسافة ، ولابد أن أحصل على شهادة موقعة من طبيب نفسانى بهذا المضمون ، هل تصدقون هذا ؟**

- اهتم بانتقاء المدرسة التى ستُلحق ابنك بها . لقد بذل الآباء والأمهات الذين التقينا بهم مجهوداً كبيراً فى البحث عن أفضل مدرسة وفى أى حى ، بل ذهبوا إلى أبعد من ذلك فقد التقوا بالمسئولين عن هذه المدرسة قبل أن ينتقلوا إلى هذا الحى .

أخبرتنا واحدة من الأمهات من " هونو " أنها قد ألحقت ابنها بمدرسة خاصة لأنها اكتشفت أن مدير المدرسة الحكومية الواقعة فى منطقتهم يستخدم لغة إنجليزية ركيكة هى خليط من عدة لهجات ، وأسلوب لغوى خاطئ داخل الفصل الدراسى .

- تخير أصدقاءك بحكمة لأن أطفالهم سوف يجتمعون بأطفالك . لقد أسس كثير من الآباء والأمهات حياتهم وحياة أبنائهم الاجتماعية حول دور العبادة .

**عندما انتقلنا أنا و" ميلت " من المدينة إلى " تورينجتون " . لم نكن نعرف فرداً واحداً بها . لكن بمجرد استقرارنا هناك ، بدأنا نقابل كثيراً من الناس . فى البداية وُجهت إلي " ميلت " بعض دعوات العشاء ، ثم كان علينا أن نرد على هذه الدعوات بدعوة هؤلاء الأزواج وأطفالهم إلى منزلنا . أريد أن أقول أنه فى خلال عامين أصبح لدينا مجموعة من الأصدقاء قوامها ثلاثون فرداً تقريباً نراهم**

**بانتظامٍ ، وعندما وصل الأبناء للعاشرة من عمرهم تقريباً ، ذهبوا جميعا لمدرسة " هيبرو " وكانوا يحضرون الطقوس الدينية مع بعضهم .**

- إذا تخير ابنك صديقاً مشكوكاً فى سلوكياته ، قم بصنع مهارات التواصل الخاصة بك كى تعبر له عن قلقك ( وليس انزعاجك ) من مشاكل محتملة مع هذا الصديق . كن واضحاً معه وأخبره أنك لا تتدخل فى حياته الاجتماعية ، أو أنك تحاول أن تسيطر عليه ، وذكِّره بأنك كنت فى مثل سنه فى يوم من الأيام ؛ لذلك فأنت تعرف إلى أين تقود مثل هذه الصداقات ، وكما يقول الكاتب " سام أيونج " : " على الآباء والأمهات الذين يتعجبون إلى أين تذهب الأجيال الصغيرة أن يتذكروا من أين أتوا " .
- عبر بهدوء عن اعتراضك على صديق ابنك الجديد ، تذكر أنه أياً كان الشيء الذى تعترض عليه فقد يكون هو نفسه الشيء الذى جذبه إلى هذا الصديق من البداية . كُن محدداً فيما تقول ، وحدثه عما قد يحدث من مثل هذه العلاقة ، أو ـ وهو الأفضل ـ أخبره عما حدث لشخص تعرفه وأنت فى مقتبل حياتك . وهذا ما فعله أحد الآباء .

**حدثنى ابنى " فرانك " عن هذا الصبى الذى كان يسكن فى جيرتنا واسمه " جيم باركز " . كان فظ الطباع ومتهوراً . لقد اعتاد أن يسرق السجائر من أمه وهو فى الثالثة عشر . أتذكر علب السجائر التى كان يسرقها ، كانت من نوع " كنت " . وفى الصيف التالى كان يسرق سيارتها ويحضر إلى ملعب الكرة ليتباهى بها أمامنا . كان يأتى بتصرفات عنيفة ، فقد رأيته مرة يأخذ الدراجة البخارية الخاصة**

**بشخص ما ويصعد بها إلى أعلى الهضبة ، وعندما عاد كان يقودها بسرعة هائلة وهو يقف على المقعد دون أن يمسك بمقود القيادة ، كان صبياً طائشاً . ثم فقدت أثره إلى أن ذُكر اسمه أمامى منذ عدة سنوات فسألت : " بالمناسبة ، ماذا حدث للصبى " باركز " ؟ " وكانت الإجابة : " جرعة زائدة من مخدر مات إثرها تماماً كما توقع له الجميع " .**

- إذا أعربت عن مخاوفك ثم تراجعت لبعض الوقت لتراقب ما يحدث ، قد ترى هذه العلاقة وهى تتهاوى من تلقاء نفسها ؛ لأنك اكتسبت احترام ابنك المراهق بعدم محاصرتك لهذه الصداقة وتشهيرك بها ، الأمر الذى كان سيدفع ابنك للدفاع عنها . إن أسوأ شيء يمكن أن تفعله أن تعطى لهذه العلاقة أكثر من حجمها الحقيقى .
- إذا لم يُجْد شيء من الأمثلة السابقة فى التأثير على ابنك كى يبتعد عن هذا الصديق الجانح ، فلا مفر من أن تضع حداً فاصلاً . فتقول : " غير مسموح بمصادقة هذا الصبى سيئ السلوك ، وغير مصرح له بالتواجد فى منزلك " ، هكذا فى جملة تامة .

**جملة كهذه كانت من نصيب " ليتا " فى أحد شهور الصيف الماضية عندما كانت تهرول خارج البيت عندما تسمع صوت النفير الصادر من الدراجة البخارية التى يركبها هذا " الصديق " . لا أدرى أين عثرت على هذا الفتى ، كان واضحاً أنه ليس من أصحاب العقول الذكية . فقد سُرح من المدرسة الثانوية ، وعمل فى بعض الفرق الموسيقية ، المرة الوحيدة التى رأيته فيها كانت تفوح منه رائحة**

**السجائر . كان هذا هو كل ما أعرفه عنه ، وكل ما أحتاج أن أعرفه . أخبرت " ليتا " أنه مُحرم عليها أن تركب هذه الدراجة بعد أن رأيتها فى أحد الأيام وهى تقفز فوقها حافية القدمين . وعندما ظل هذا الفتى يمرٍ على المنزل بدراجته البخارية هذه ، أعلنت هذا القانون واضحاً : " الدرجات البخارية ممنوعة ، لقاءات مع هذا الفتى الفظ ممنوعة ، أو سُتمنعين من استخدام السيارة ومن حضور الحفلات بقية شهور الصيف " . كنت أعرف أنها سوف تتسلل لحضور حفل ما من وقت لآخر ، لكننى كنت قد أوضحت موقفى على الأقل ، ولم يعد هذا مهماً بعد ذلك لأنها بعد أن تجهمت لهذا القرار عدة أيام جاءت إلى وأخبرتنى أننى كنت على حق ، فقد اتضح لها أنه فتى مستهتر وأنها قد ابتعدت عنه .**

إن تحريم علاقة الصداقة هو الملاذ الأخير ، لكنه " ملاذ " سيجده ابنك أفضل كثيراً من دور الأحداث وغرف الطوارئ بالمستشفيات .

## أخطر القضايا

شاب فى السابعة عشرة من عمره يتعاطى جرعة مخدرة ويتجرع كميات من البيرة فى حفل يخلو من الرقابة الأبوية ثم يتوجه عائداً إلى المنزل بسيارة محملة بالشباب المعربدين . لكنهم أبداً لم يصلوا لمنازلهم . سجلت الشرطة ما حدث على أنه " حادث " ، إلا أنه كان أى شيء إلا ذلك . وكما جاء فى تقرير الشرطة أن السيارة ( التى كانت تسير بسرعة هائلة ) قد انحرفت عن مسارها لتصطدم بمقدمة سيارة عائلة من أربعة أفراد . إن السبب الحقيقى لم يكن حادثاً ولكن هذا التمازج المميت بين المخدرات والشباب .

مراهق آخر يتخلف بعد انتهاء الحفل كي يجرب نوعاً جديداً من المخدرات ، إن الشعور بالخفة الذى ينتج عن تعاطى هذه المواد المخدرة يخلصه من إحساسه بالخوف والإحباط والحياة الأسرية الحقيرة التى تحتعنه يعود للمخدرات مرة تلو الأخرى ، لكى يصبح مدمناً ميئوساً منه . وهذا هو نصف المعادلة فقط . فقد أصبح الجنس الآن هو اللعبة المميتة أيضاً .

فى وقت كتابة هذه السطور ، اكتشفنا أن السبب الأول والرئيسي فى وفيات الرجال من عمر خمسة وعشرين إلى خمسة وأربعين هو الإصابة بمرض الإيدز ( مرض نقص المناعة المكتسبة ) الذى تنتقل عدوته عن طريق استعمال حقن ملوثة وعن طريق الممارسات الجنسية غير المشروعة .

كثير من هؤلاء الناس أصيبوا بعدوى متلازمة نقص المناعة المكتسبة وهم ما زالوا فى سن المراهقة . الشيء المفزع حقاً هو أنه من عام ١٩٨١ إلى عام ١٩٩٢ تم تسجيل ٤٧,٣٠٠ حالة إيدز بين الشباب الأمريكى من سن ١٣ إلى ١٩ . يتزايد عدد الأشخاص الذين يحملون عدوى متلازمة نقص المناعة المكتسبة بسرعة كبيرة فى العالم كله لدرجة أن هذا العدد لا يقدر بالمئات أو بالألوف ولكن بالملايين ، بمعدل تصاعدى فى العدوى أسرع ست مرات فى النساء عنه فى الرجال . هذه القضية ليست خاصة بالرجال الذين يتصفون بالمجون أو بمن يدمنون المخدرات لكنه وباء ضخم ، يتزايد حجمه بشكل كبير بما لا يجعل هناك مجالاً للشك فى أن شخصاً ما يحمل هذا المرض المميت سوف يقترب من ابنى فى يوم ما . السؤال هو : ما هى وسيلة الاقتراب أو انتقال عدوى هذا المرض إليه ؟ الإجابة هنا تتوقف عليك .

فى هذا العصر الذى تسود فيه الإباحية والاختلاط الجنسى غير المشروع ، وتتراخى فيه المقاييس الأخلاقية ، سوف يشعر ابنك المراهق فى بعض الأحيان بضغوط هائلة ليفعل أشياءً ليست فى دائرة اهتمامه . هل سيكون لديه عزيمة لمقاومة هذه الأشياء ؟ الإجابة هى : " نعم " بالتأكيد ، لكن مع بعض الشروط التى تبدأ بكلمة " إذا " .

سوف يكون ابنك مُعداً لمواجهة أخطر القضايا إذا احتفظت بقنوات التواصل مفتوحة بينكم ، إذا علمته كيف يفكر ، إذا أدبته أحسن تأديب ، إذا غرست فيه إحساساً قوياً باحترام الذات ، إذا كنت تعيش حياتك من خلال قيم واضحة ، إذا اتبعت هذه العناصر الخمس التى يعتمد عليها العنصر الأخير وهو الاجتماعيات ، إذا فعلت كل هذا . فستكون قد فعلت كل شيء فى استطاعتك كى تنشئ أبناءً رائعين مرنين . هل سيكون هذا كافياً ؟ لقد كان كذلك للآباء والأمهات الذين قابلناهم .

مع الاحتفاظ بكل هذا فى أذهاننا ، دعونا نتعرف على أسلوبهم فى التعامل مع أول المشاكل الاجتماعية واسعة الانتشار والتى تواجه الأبناء فى كل مكان فى أيامنا هذه وهى : المخدرات .

## المخدرات

إذا أرادت ابنتك ـ التى تبلغ ستة عشر عاماً من عمرها ـ أن تذهب إلى حفل لا يخضع لرقابة أو إشراف مع جماعة من الرفاق مشكوك فى أمرها ، عندئذ يجب أن يكون القرار الذى سوف تتخذه بدافع حبك لها ـ وليس لأنك لا تريدها أن تقضى وقتاً طيباً ـ هو أن تخبرها بهذا

فى عبارات بينة وواضحة ، لا من خلال معانى ضمنية مستقرة ، وكما تشرح لنا أم " ساندى " :

لم يكن هناك ما تستطيع " ساندى " أن تجادلنى فيه كثيراً عندما كنت أخبرها إننى أحبها ، وإننى لا أريد أن أراها فى مواقف خطرة . كنت أعلم أنه إذا كان كل ما سوف تسمعه منى هو : " لن تذهبى لأننى قلت هذا " . سوف يكون هناك أشياء كثيرة تقولها وتثور لها ، ناهيك عن حقيقة أن شيئاً كهذا يظهر عدم احترام لها ، إن لم يكن استفزازاً . سألتها ذات مرة : " كيف سيكون شعورك إذا لم أبد اهتماماً يذكر بما تفعلين أو أين تذهبين ، أو ما إذا كنت قد رجعت إلى البيت سالمة أم لا ؟ " فأجابت على الفور : " أنا ناضجة بما يكفى كى أعرف الصواب من الخطأ " . وكان هذا هو بالضبط البداية التى أنشدها ، فقلت لها : " لماذا إذن لا تدركين الخطأ فى هذا الحفل ؟ " لم يكن لديها جواب شاف ! أخبرتها إننى أحترم رأيها ، وإننى أعرف أن أصدقاءها ذاهبون إلى هذا الحفل ، لكن فى هذه الحالة بصفة خاصة ، أفضل شيء تفعله هو أن تفعل شيئاً آخر غير هذا الذى سيفعله أصدقاؤها .

يصبح من السهل على الابنة المراهقة أن تقول " لا " لرفاقها عندما يكون هناك أب وأم " يلومون ويأنبون " . إنك حليفها القوى فى صراعها ضد ضغوط الأصدقاء ؛ لأنه إذا علم هؤلاء الأصدقاء أن ابنتك حرة تفعل ما تشاء ، سيكون من الصعب عليها أن تتراجع عن مواقف صعبة يضعونها فيها .

بغض النظر عما تفعله ، سوف يجئ الوقت الذى سوف ستعترض فيه المخدرات طريق ابنتك ، ليس هذا فحسب ، بل ستجد نفسها فى

مواجهة ضغوط صعبة يبدو لها فيها أن الاستسلام سيكون أسهل كثيراً من أن تدفع السلام " وتقاوم " .

في هذا الوقت بالتحديد سوف تستطيع قوانينك المعلن عنها بصراحة أن تكون بمثابة كبش الفداء لخروج ابنتك من المأزق ، فتقول لهم : " لا أحب أن أُطرد من بيتي لمجرد أن أثبت لكم أنني أقدر على هذا " ، أو " إذا ضبطني والدي وأنا تحت تأثير هذا المخدر سوف أُحرم من السيارة والنفقات الخاصة ، وهي تضحية كبيرة " .

لابد لابنتك أن تكون حاسمة في مواجهة المواقف الصعبة . يقدم لنا عميد إحدى المدارس الذي رأى كل أنواع مشاكل المراهقين هذه النصيحة :

لابد للأبناء أن يكونوا مُعدين لأن يصبحوا هدفاً للسخرية والتهكم بسبب استقامتهم والتزامهم ؛ لأن هذه هي وسيلة الأبناء الآخرين في تحسين صورتهم وسلوكهم الخاص . يسخر الأبناء الفاسدون من الأبناء الملتزمين لأنهم لا يشعرون بالرضا عن أنفسهم . هناك شيء واحد يجمع بين هذه النماذج من المشكلات التي وصلت إلى مكتبي : إن هؤلاء الأبناء جميعاً في حاجة ملحة للشعور بالتأييد . إنهم في حاجة لأية مساندة يستطيعون الحصول عليها كي يؤكدوا لأنفسهم أنهم يجدون قبولاً ورعاية وأن طريقهم هو الطريق الصحيح ، وأفضل وسيلة تمكنهم من تحقيق هذا هو معاقبة الآخرين ، اعتقاداً منهم أن هذا سوف يقلل من خطر زعزعة هؤلاء المنشقين على معتقداتهم .

على الأبناء الذين يواجهون ضغوط الأصدقاء أن يكون لديهم شجاعة كافية لأن يصبحوا مختلفين ، فهم إذا توقفوا للحظة ليفكروا في هذا الأمر ، سوف يدركون النتائج الحقيقية للالتزام بالسلوك

القويم : هل ستكون النتيجة أن يفقدوا شعبيتهم لدى هؤلاء الأطفال غير المسئولين . أين الخسارة هنا ؟

استخدم الآباء والأمهات الذين التقينا بهم أساليباً عديدة لمساعدة أبنائهم على الصمود أمام ضغوط الأصدقاء . كل منها على قدر من الأهمية كي تتذكرها عندما تتعامل مع قضية شائكة ( تهدد الحياة ) مثل المخدرات .

- علم ابنك أن يستخدم عبارة معروفة جداً هي : " قل لا وحسب " . قد لا يكون هذا سهلاً لغالبية الأبناء ، لكنها بداية جيدة . هل سيهجر الأصدقاء هذا الشاب الذى يبدى سلوكاً مستقيماً ؟ إذا فعلوا هذا ، سيكونوا هم " الخاسرين " . وعن الأصدقاء قال أحد الآباء :

**إذا كان الأصدقاء حقيقيون . ألن يقبلوا قرارك بالامتناع عن شيء ما إذا كان هذا هو ما تريده ؟ ألا يريد الأصدقاء الحقيقيون الأفضل لبعضهم البعض ؟ ما الذى يستحق الاحترام أكثر ، الاستسلام لضغوط الأصدقاء وتسميم جسمك بهذه السموم ، أم الصمود والتمسك بمبادئك ؟ أيهما يُظهر التفرد والتميز ؟ أيهما يظهر احتراماً كبيراً للنفس ؟ أيهما الأحرى والأنفع ؟**

- ساعد ابنك على النظر إلى ضغوط الرفاق على أنها وهمُ وتضليل . قالت أم " برسيليا " لابنتها :

**عندما تقررين شيئاً ما ، تصرفى وكأن أصدقاءك غير موجودين . ماذا كنت ستفعلين لو لم يكن هناك أحد تعرفينه ؟ ماذا لو أنك شخص**

**لا يُرى ، أو أن كل من حولك قد اختفوا عداك وبائع المخدرات ؟ لا أحد يستطيع أن يراك ، لا أحد يستطيع أن يحكم على سلوكك ؟**

- اجعل من قضية المخدرات موضوعاً مطروحاً للنقاش بشكل دائم ، أخبرنا أحد الآباء أن موضوع المخدرات كان قضية عامة تطرح على مائدة الاجتماعات العائلية ومائدة الطعام :

**كنت أريد لهذا الموضوع أن يثبت فى ذهن " جون " . كنت أعلم أن المخدرات ستعترضه يوماً ما ، ناهيك عما نفعله لتفادى حدوث هذا ، أريده عندما يحدث هذا أن يكون مجهزاً له تماماً . أريد صدى لكلماتى هذه ( سوف يقولون لك " جربها " ) يتردد فى ذهنه عندما يحاول شخص ما أن يدفعه لتجربة هذه الأشياء . كنت أعلم أنه سوف يفكر مرتين عندما يسمع هذا التحذير كثيراً .**

- عد ابنتك للأشياء المحتومة . تدرب معها على سيناريو محتمل يتضمن محادثة بينكما ، حتى تكون مسلحة بالجواب الصحيح كى تقاوم مثل هذه الضغوط . إنها لعبة الدوار مرة أخرى ، ولها تأثيرها الواضح .

**" هيا يا ليندا ، انتعشى ، حلقى فى السماء " .**
**" أنا فى حياتى محلقة بالسماء ، أنا أسبح بين السحاب مع الملائكة بالفعل " .**
**" أنت ملتزمة جداً ، جربى جرعة من هذا الكوكايين ، لن تصدقى ما له من تأثير رائع " .**

" سوف نجرى فى سباقٍ العشرة أميال أنا و " بيل " و " بيتى " صباح الغد ، لن أصمد فيه أبداً إذا ظللت مستيقظة طوال الليل تحت تأثير هذا المخدر " .

- إذا كنت قد جربت المخدرات بنفسك ، أو تعرف من جربها ، أشرك ابنك فيما تعرفه من معلومات ، حدِّثه عن خبرتك فى تفادى ضغوط الأصدقاء كى تصبح مثلهم عندما تكون فى مثل سنه . أخبره عن هؤلاء الذين بدأوا بجرعات بسيطة ثم جرفهم هذا التيار وأصبحوا يتعاطون المخدرات بشكل منتظم ، اشرح له تأثير المخدر وكيف أنه يمنح شعوراً بالمتعة الوقتية يتحول إلى شعور بشع بالتعاسة بعد انتهاء مفعوله . قال أحد الآباء :

لقد مررت أثناء أدائى الامتحان فى مادة الإحصاء بتجربة قررت ألا أفعلها مرة أخرى . كان هذا ونحن بالجامعة حين أقنعنى زميلى الذى يشاركنى الغرفة بفكرة " رائعة " وهى أن ننام فور عودتنا من الجامعة ، ثم نستيقظ فى التاسعة مساءً فنأخذ بعض أقراص اللبندرين ( عقار طبى ) حتى نستطيع أن نسهر طوال الليل نستذكر ثم نذهب مباشرة إلى الامتحان فى الصباح ، وكان يطلق على هذا بفخر " الانتظار حتى الدقائق الأخيرة " كى يحشو رأسه بالمعلومات لاجتياز الامتحان . وعليه فقد تناولنا عدة أقراص وشربنا قدحين من القهوة ، وذهبنا للامتحان . عندما أفقت من تأثير هذا العقار لازمت الفراش مريضاً لمدة ثلاث أيام . لم أتعاط مثل هذه العقاقير مرة أخرى وحتى القهوة لم أتذوقها مرة أخرى منذ ذلك اليوم .

- لابد وأن تكون على دراية بأنواع هذه المخدرات المطروحة بالسوق . تعرف على تأثيرها وكيف يعمل مفعولها الكيميائى ، وكيف يتغير سلوك المراهق عندما يتعاطى المخدرات . اتصل بالجهات المسئولة عن تطبيق القانون وتعرف على الطريقة التى يتم بها توزيع المخدرات وانتشارها وما يجب أن تنتبه له . تحدث مع مراكز طوارئ المخدرات عن أساليب الوقاية وإذا كان هناك حالة يتعاملون معها بالمركز تدخل لتعرف أكثر .
- شجع ابنك على قراءة المقالات التى تتحدث عن أشخاص ـ مسئولين ، ومدرسين ، ونجوم كرة ، وأطباء ـ من هؤلاء الذين استسلموا للضغوط ووقعوا فريسة للمخدرات ، ففقدوا أسرهم وأعمالهم . ابحث عن قصص الأبناء الذين انتهى بهم الحال إلى المصحات العقلية والذين هُيئ لهم أنهم يستطيعون أن يقفزوا من الطابق الثانى ليسبحوا فى الفضاء وذلك بعد تعاطيهم جرعات من أحد أنواع المخدرات . اشرح له الآثار العقلية والجسمانية البشعة التى تظهر عند الإقلاع عن تعاطى المخدرات وكيف أن حياتهم تُدمر بسبب تأثير توابع هذا الإدمان على الجسم والروح .
- ساعد ابنتك المراهقة على التخلص من الأسطورة الزائفة التى تقول " الجميع يفعلون ذلك " وأخبرها أنها ليست الوحيدة التى تتعرض لإغراءات تعاطى المخدرات ـ وأنه من المؤكد أن هذه الإغراءات لا تستحق الإذعان لها .
- وكما سبق وذكرنا ، أخبر ابنتك أنك موجود دائماً لمساعدتها حين تحتاج إليها ، وهذا ما قالته واحدة من الأمهات لابنتها .

**إذا اعترضت المخدرات طريقك ، تعال وتحدث إلىّ . لن أؤنبك ولن أعاقبك ، سوف أوجهك ، أتحدث إليك كصديقة تحرص عليك لأننى فعلاً كذلك .**

غالبية الأبناء الذين يقعون فريسة للمخدرات يعانون من الاستهجان والاستخفاف بهم فى منازلهم ، ويأملون فى إصلاح عاجل لإحساسهم باحترام الذات وتقديرها بتعاطيهم للمخدرات ، لكن المهم هنا يتلاشى بمجرد تلاشى تأثير المخدر . وحين تكون مسيطراً سيطرة تامة على معتقدات ابنك ، ستتمكن لا محالة من أن تمنع عنه مثل هذه المشكلة . إن الطفل الذى يعرف قيمة نفسه لن ينهار أبداً أمام ضغوط الرفاق ، حتى هؤلاء الرفاق الذين يتعاطون المخدرات ينظرون باحترامٍ للشخص الملتزم المستقيم الذى لا يخاف أن يكون أو يبدو مستقيما .

الملحق الأول

# المهارات الأبوية اختبار ومراجعة

يعرض اختبار المراجعة التالى للقضايا التى تم مناقشاتها فى كل فصل من فصول هذا الكتاب ، ويمكنك استخدامه لأغراض كثيرة ومتعددة .

أولاً ، قد تريد أن تختبر مواطن ضعف وقوة مهاراتك الأبوية قبل أن تقرأ هذا الكتاب ، وقد يعطيك هذا فكرة عن الأشياء التى تريد أن تركز عليها وأنت تقرأ كل فصل من فصول الكتاب .

ثانياً ، ربما تريد أن تختبر فهمك للموضوعات التى قرأت عنها .

ثالثاً ، قد تجد هذا الاختبار مفيداً كمرجع سريع عند مناقشة قضايا مختلفة .

بغض النظر عن كيفية استفادتك من هذا الاختبار ، تذكر أنه ليس هناك نجاح أو رسوب ، إنه تفسير بسيط لما يراه الآباء والأمهات الناجحون من قضايا صعبة .

انتبه عندما تتخير إجاباتك إلى أنه فى بعض الأحيان يكون الاختلاف بين الإجابة الصحيحة والاختيارات المتعددة الأخرى دقيق جداً وأن الإجابة التى تُصنف على أنها " صحيحة " هى : ما رآه الآباء والأمهات أنها أفضل طريقة للتعامل مع تلك القضية .

## الفصل الأول : التواصل

١. عندما يقول الأبناء شيئاً لا يراعون فيه شعور الآخرين بسبب ما يشعرون به من إحباط ، يجب عليك أن :
أ ـ تطلب تفسيراً ب ـ تطلب اعتذار . جـ ـ لا تلتفت إليه .
٢. إذا لم يبد الأبناء انتباهاً . كيف يتواصل أغلب الآباء ؟
أ ـ حديث من القلب للقلب . ب ـ محاضرة قصيرة .
جـ ـ انتقاد وتأنيب .
٣. عندما تستمع لابنتك ، يكون غرضك من هذا :
أ ـ أن تتركها تقول ما تريده .
ب ـ أن تفهم ما وراء كلامها .
جـ ـ أن تستمع هى بدورها لك .
٤. ما السبب الرئيسى وراء فجوة التواصل ؟
أ ـ إن الآباء يتحدثون كثيراً . ب ـ إن الأبناء لا يصمتون .
جـ ـ إن الأبناء لا يسمعون .

٥. إذا تعلم أبناؤك أن يلجأوا إليك فى الأشياء البسيطة وهم صغار ، فهم بهذا يتعلمون :
أ ـ أن يعتمدوا عليك .
ب ـ أن يلجأوا إليك فى المشاكل الكبيرة بعد ذلك .
جـ ـ أنك تسيطر عليهم .

٦. نحن نستخدم التواصل أساساً كى :
أ ـ نتواصل مع بعضنا البعض .
ب ـ التعبير عن عواطفنا .
جـ ـ أن نحيا حياتنا بشكل أفضل فيما بعد .

٧. ما الذى يؤثر تأثيراً كبيراً على ما نسمع أو نقول ؟
أ ـ حالتنا الذهنية . ب ـ المؤثرات الاجتماعية .
جـ ـ الموضوع نفسه .

٨. أسوأ تأثير لثورة الآباء أو الأمهات العاطفية على أبنائهم :
أ ـ توقف التواصل بينهم . ب ـ الاستياء .
جـ ـ فقدانهم لشعبيتهم لدى أبنائهم .

٩. عندما يشهد الأبناء حالة من السباب اللفظى بين أبويهم ، أسوأ نتائج هذا هو أنهم :
أ ـ يغضبون . ب ـ يشعرون بالذنب . جـ ـ يحزنون .

١٠. الوجبة الرئيسية تكون عادة وقت :
أ ـ مناقشة الموضوعات ذات الاهتمام .
ب ـ استرخاء الأبوين . جـ ـ التواصل السلبى .

١١. مساعدة الأبناء على التعبير عن أفكارهم :
أ ـ يظهر اهتمامك بهم . ب ـ يُحسن من شعورهم .
جـ ـ هو نوع من المضايقة .

١٢. عندما يصمت الابن المراهق :
أ ـ تحاول أن تبدأ التواصل معه برفق .
ب ـ تفترض أن لديه مشكلة .
جـ ـ تتركه لحاله .
١٣. كيف تُظهر استعداداً للتواصل ؟
أ ـ تعبيرات بالوجه . ب ـ أن تبدأ محادثة ..
جـ ـ أن تتجه صامتا إلى غرفة ابنك .
١٤. ما الشيء الأكثر أهمية بالنسبة للطفل الأصغر سناً ؟
أ ـ التحدث إليه . ب ـ التواجد للاستماع إليه .
جـ ـ مساعدته على التعرف على مشكلته .
١٥. من الأفضل أن :
أ ـ تجعل طفلك يتحدث إليك بحرية في الوقت الذى يريده .
ب ـ تحدد موعداً للحديث فيما بعد .
جـ ـ التوصل إلى جذور المشكلة على الفور .
١٦. طرح القضايا ومناقشتها ، وقت العشاء هو وقت :
أ ـ سيئ . ب ـ مثالى . جـ ـ جيد لكل شيء تقريباً .
١٧. الأبناء لا الآباء هم الذين يشعرون بعدم ارتياح لمناقشة موضوع الجنس :
صح ________ خطأ ________
١٨. إذا كان عليك أن تختار شيئاً ، فما هو عادة أهم شيء تختاره ؟
أ ـ الإنصات كى تحاول أن تفهم ما يؤرق ابنك .
ب ـ التحدث بهدوء وبالمنطق كى تساعده .
جـ ـ التأكيد لابنك أن مشاكله ليست سيئة كما قد تبدو .

١٩. إذا تعرض أبناؤك لمشكلة ثانوية ، من الأفضل أن :
أ ـ تساعدهم على حلها . ب ـ تتركهم يعبرون عنها .
جـ ـ تتحدث إليهم .

٢٠. من بين الأشياء الآتية ، أيها ليس مهماً للتواصل الجيد :
أ ـ الانتباه . ب ـ هيئة الجسم وموضعه .
جـ ـ المشاركة فى المحادثة .

٢١. المشكلة الرئيسية مع رسائل " أنت " أنها توجه اللوم كما أنها رسائل اتهامية :
صح ________ خطأ ________

٢٢. كى تتفادى أن يشعر ابنك بالذنب ، أفضل طريقة لذلك ألا تخبره عن مدى تأثير سلوكه عليك :
صح ________ خطأ ________

٢٣. عندما تكون بصدد حل مشكلة ، يجب أن :
أ ـ تتخذ دائماً القرار النهائى فى النهاية .
ب ـ تتعاون أو تسوى موقفك . جـ ـ تبحث عن رأى خارجى .

## الإجابات

### الفصل الأول : التواصل

١. ج
٢. ج

٣. ب
٤. أ
٥. ب
٦. ب
٧. أ
٨. ب
٩. ب
١٠. جـ
١١. جـ
١٢. جـ
١٣. أ
١٤. ب
١٥. ب
١٦. أ
١٧. خطأ
١٨. أ
١٩. ب
٢٠. ب
٢١. صح
٢٢. خطأ
٢٣. ب

# الفصل الثانى : تشجيع النمو الفكرى

١. الحفظ الصم ( عن ظهر قلب ) مازال هو أفضل جوانب التعليم :
صح ———— خطأ ————

٢. القدرة على الحفظ واسترجاع البيانات أهم من مجرد " التفكير الإبداعى " :
صح ———— خطأ ————

٣. تُعلم غالبية المدارس الأبناء " كيف " يفكرون وليس " فيما " يفكرون :
صح ———— خطأ ————

٤. تدريس الفنون :
أ ـ يُغالى فى التأكيد على أنه من الأساسيات .
ب ـ نادراً ما يتواجد .
جـ ـ متساو فى أهميته مع المواد الأخرى .

٥. ما هو الحل لمشاكل النظام التعليمى ؟
أ ـ ميزانية أكبر . ب ـ مشاركة الآباء والأمهات .
جـ ـ أيام دراسية أكثر .

٦. يكون التفكير الإبداعى أفضل عندما يقترن بـ
أ ـ التفكير النقدى . ب ـ الرسم والموسيقى .
جـ ـ الكتابة الإبداعية .

٧. للوصول إلى نتائج بارعة ، لا يحتاج التلاميذ إلى أن :
أ ـ يراقبوا . ب ـ يصنفوا .
جـ ـ يتلقوا المعلومات من المدرسين بإيجابية .

٨. معدل الذكاء هو فى الأساس شيء فطرى لا يتغير .
صح ________ خطأ ________

٩. أيهم ليس صحيحاً ؟ بخصوص التحفيز والإثارة المناسبة :
أ ـ تزيد من اتساع العقل . ب ـ تجعل الأبناء أكثر ذكاء .
جـ ـ لا تؤثر على معدل الذكاء .

١٠. النمو الفكرى يحدث أفضل ما يكون فى :
أ ـ بيئة هادئة مستقرة . ب ـ بيئة نشطة .

١١. يؤدى التحفيز المبالغ فيه إلى نفس الضرر الذى يؤدى إليه قلة التحفيز :
صح ________ خطأ ________

١٢. ما أهم مراحل التطور الفكرى المبكر ؟
أ ـ اللعب بالدمى . ب ـ تكوين صداقات . جـ ـ القراءة .

١٣. المتوسط القومى لعدد ساعات مشاهدة التلفاز لكل فرد فى اليوم هو سبع ساعات . كم عدد ساعات مشاهدة الأبناء الناجحين له ؟
أ ـ ٢,٢ ساعة كل يوم . ب ـ ٤,٨ ساعة كل يوم .
جـ ـ ٦,٨ ساعة كل يوم .

١٤. لا ضرر من الاستمرار فى قراءة الموضوعات التى فوق مستوى الفهم
صح ________ خطأ ________

١٥. فى أى عمر يجب على الآباء والأمهات أن يأخذوا أبناءهم إلى المكتبة ؟
أ ـ ثمانية عشر شهراً . ب ـ ثلاثون شهراً .
جـ ـ ثمانية وأربعون شهر .

١٦. إذا اكتشفت أن ابنك يقرأ تحت غطاء الفراش مستخدماً ضوء أباجورة ، يجب أن :

أ ـ تنظر فى الاتجاه الآخر . ب ـ تتحدث إلى معلمه .

جـ ـ تنقل الأباجورة .

١٧. من الأفضل ألا تساعد ابنك بتقديم الإجابات له عندما لا يقدر على هذا :

صح ________ خطأ ________

١٨. يجب أن تُنهى الإجراء التعليمى عندما يكون الأبناء :

أ ـ مستعدين للتوقف . ب ـ متعبين .

جـ ـ متحمسين للتعلم .

١٩. عندما يكون ابنك مستغرقاً فى نشاط ما ، يجب أن :

أ ـ تدعه يلعب بهدوء فى عالمه الخاص .

ب ـ تدخل فى محادثة . جـ ـ تقدم له صديقاً جديداً .

٢٠. يجب على الأطفال الأكبر سناً أن يستخدموا :

أ ـ لغة عامة مفهومة . ب ـ لغة خاصة .

جـ ـ أقل لغة ممكنة .

٢١. استخدام الألعاب الذهنية والوسائل التعليمية الأخرى :

أ ـ شيء جيد لنمو مهارات الذكاء .

ب ـ يسبب كثيراً من الضغط لغالبية الأبناء .

جـ ـ يجعل سلوك الأبناء تنافسياً .

٢٢. الشيء المهم فى الذكاء الرياضى هو :

أ ـ العلاقة بين الأرقام .

ب ـ تذكر أشياء مهمة مثل جداول المواعيد .

جـ ـ فهم الحسابات .

٢٣. كي تساعد ابنك في المدرسة ، على الآباء والأمهات أن يقضوا وقتاً أطول في تصحيح الواجبات المنزلية أكثر من ذلك الذى يقضونه فى اجتماعات الآباء والمدرسين :

صح ________ خطأ ________

٢٤. الأفضل أن يتحدث الأبناء ، وليس الآباء ، إلى المدرسين عن الواجبات والامتحانات :

صح ________ خطأ ________

٢٥. ما الوسيلة التنظيمية الأساسية للتخطيط للدراسة وتحديد الأهداف ؟

أ ـ تحديد المهمة . ب ـ نتيجة مكتب .

جـ ـ مخطط إلكترونى .

٢٦. يجب على الآباء والأمهات ألا يتدخلوا فى الواجبات المنزلية وأن يدعوا أبناءهم يواجهون التبعات :

صح ________ خطأ ________

## الإجابات

### الفصل الثانى : تشجيع النمو الفكرى

١. خطأ
٢. خطأ
٣. خطأ
٤. ب

٥. ب
٦. أ
٧. جـ
٨. خطأ
٩. جـ
١٠. ب
١١. صح
١٢. جـ
١٣. أ
١٤. صح
١٥. أ
١٦. أ
١٧. صح
١٨. جـ
١٩. ب
٢٠. ب
٢١. أ
٢٢. أ
٢٣. خطأ
٢٤. خطأ
٢٥. ب
٢٦. خطأ

# الفصل الثالث : التأديب

١. أى من الأساليب التربوية التالية كانت سائدة فى الماضى ؟
أ ـ المتسلط المتزمت . ب ـ المتساهل . جـ ـ المتوازن .

٢. أى هذه الأساليب التربوية يستخدم أكثر فى الوقت الحاضر ؟ .
أ ـ الآمر . ب ـ المتساهل . جـ ـ المتسلط المتزمت .

٣. من بين هذين الأسلوبين ( المتزمت والمتساهل ) ، أيهما أكثر تأثيراً ؟
أ ـ المتزمت . ب ـ المتساهل . جـ ـ كلاهما لا يؤثر .

٤. من المهم أن تحاول أن تكون " محبوباً ومقبولاً " لدى ابنك :
صح ــــــــــــ خطأ ــــــــــــ

٥. إلهاء الطفل بدلاً من أن تقول له " لا " :
صح ــــــــــــ خطأ ــــــــــــ

٦. التربية العسكرية :
أ ـ جيدة فى بعض جوانبها .
ب ـ تجعل الطفل ضعيفاً عاطفيا .
جـ ـ تجعل الطفل قوياً عاطفيا .

٧. إذا داوم ابنك إهمال مسئولياته تجاه الحيوان الأليف الخاص به ، يجب أن :
أ ـ تقوم أنت نيابة عنه بهذه المسئوليات .
ب ـ تكلف بها أحد إخوته . جـ ـ تُسرح الحيوان .

٨. يجب أن :
أ ـ تحصل على موافقة ابنك على القواعد التى تضعها .

ب ـ تضع القواعد دون أن تشرح أسبابها .

٩. يجب أن تقرر قواعد وخطط التربية :

أ ـ قبل الاجتماع العائلى .

ب ـ أثناء الاجتماع العائلى حتى يستطيع الجميع أن يناقشوها .

١٠. يجب أن تعقد الاجتماعات العائلية :

أ ـ عندما تجد قضية ما .

ب ـ عندما يتفق الجميع على موعد ومكان .

جـ ـ مرة كل شهر على الأقل

١١. أحد أسباب عقد الاجتماعات العائلية هو أن يستطيع الأطفال أن :

أ ـ يعرفوا الصورة التى ستكون عليها اجتماعات العمل .

ب ـ يعبروا عن شكواهم .　　جـ ـ يتعلموا الشكليات .

١٢. ما أفضل شيء تفعله عندما تُنتهك القواعد ؟

أ ـ إعطاء تحذير واحد قبل التأديب .

ب ـ تنفيذ العقاب بسرعة .

١٣. تُطور القواعد والقوانين من إحساس الطفل بالحرية :

صح ________ خطأ ________

١٤. كى تكون إجراءات التأديب فعالة ، يجب أن تكون :

أ ـ صارمة .　　ب ـ لها بداية ونهاية محددة .

جـ ـ أن يكون مدلولها واضح لدى الأبناء .

١٥. بمجرد أن تُنفذ إجراءات التأديب ، يكون العفو عن الأبناء بأسرع ما يمكن ، فكرة جيدة :

صح ________ خطأ ________

١٦. عندما يصل الطفل لسن المراهقة ، يصبح كتابة اتفاقات مشروطة لسلوك معين :

أ ـ شيئاً لا يبعث على الثقة . ب ـ شيئاً ضرورى .

جـ ـ علامة على تشدد أبوى .

١٧. إذا عاد ابنك للبيت بعد الموعد المحدد له ، يجب أن :

أ ـ تعطيه فرصة أخرى .

ب ـ تضع على الفور موعداً جديداً للعودة للمنزل .

جـ ـ تأخذ منه السيارة

١٨. هناك حدود واضحة عندما يكون التوبيخ العلنى للطفل شيئاً نافعاً .

صح ________ خطأ ________

١٩. الإمساك العاطفي وسيلة عقاب قاسية :

صح ________ خطأ ________

٢٠. من الممكن أن يتسبب الشك الأبوى فى أن يُصبح الأبناء :

أ ـ غيورين . ب ـ مخادعين . جـ ـ مصدر ثقة .

٢١. صعقة بسيطة هى فى أغلب الحالات أفضل طريقة لتأديب الطفل :

صح ________ خطأ ________

٢٢. أفضل شيء تفعله بخصوص سلوك جذب الانتباه الخاطئ هو :

أ ـ أن تحدد بهدوء مسبباته . ب ـ أن تتعامل معه بسرعة .

٢٣. إذا قال طفل صغير شيئاً سيئاً عن أخ جديد له ، أول شيء يجب أن تفعله هو :

أ ـ أن تتحدث معه بهدوء .

ب ـ تتخذ بعض الإجراءات التأديبية . جـ ـ لا تفعل شيئاً .

٢٤. عندما يولد طفل جديد بالعائلة ، يحتاج الأبناء الآخرين :
أ ـ للمساعدة . ب ـ لوقت لعب أطول . جـ ـ لاهتمام أكثر .

٢٥. فى مجتمعنا الحاضر ، ليس هناك ضرراً فى أن تبالغ قليلاً فى حماية أبناءك :
صح ــــــــ خطأ ــــــــ

٢٦. إذا أنت أظهرت تأثيراً واضحاً وأنت تؤدب طفلك ، فأنت بهذا :
أ ـ تعطى درساً مشوشاً .
ب ـ توضح أن سلوك ابنك هو السيئ ـ وليس ابنك نفسه .
جـ ـ تُبطل أثر الإجراء التأديبى .

٢٧. يدرك الأطفال داخلياً أن آباءهم وأمهاتهم يأدبونهم بدافع :
أ ـ الخوف . ب ـ الحب . جـ ـ الفطرة .

## الإجابات

### الفصل الثالث : التأديب

١. أ
٢. ب
٣. جـ
٤. خطأ
٥. خطأ
٦. ب
٧. جـ

٨. أ
٩. أ
١٠. جـ
١١. ب
١٢. ب
١٣. صح
١٤. ب
١٥. خطأ
١٦. ب
١٧. ب
١٨. خطأ
١٩. خطأ
٢٠. ب
٢١. خطأ
٢٢. أ
٢٣. جـ
٢٤. جـ
٢٥. خطأ
٢٦. ب
٢٧. ب

## الفصل الرابع : غرس الإحساس باحترام الذات وتقديرها

١. الغالبية العظمى من الأطفال لديهم إحساس :
أ ـ منخفض . ب ـ مرتفع .
جـ ـ متوسط باحترام الذات وتقديرها .

٢. كى يشعر الأطفال بالاعتزاز بالنفس هم فى حاجة إلى :
أ ـ أصدقاء . ب ـ تصديق . جـ ـ حدود .

٣. كم تبلغ نسبة الفتيات الصغيرات اللاتى يشعرن بالرضا عن مظهرهن ؟
أ ـ ٢٩ ٪ . ب ـ ٤٩ ٪ . جـ ـ ٦٩ ٪ .

٤. ما الذى يعزز الإحساس باحترام النفس وتقديرها أكثر من غيره ؟
أ ـ التفكير مع الأبناء .
ب ـ الالتزام بالقاعدة القائلة " فقط لأن . "
جـ ـ مستوى دراسى جيد .

٥. ما هو أول شيء يشعر به الأبناء عندما يُضطهدون كلامياً أو جسدياً ؟
أ ـ الثورة . ب ـ الارتباك . جـ ـ الاستياء .

٦. إخبار الابنة بأنها " الأفضل " :
أ ـ لا بأس به إذا كانت هى الأفضل بالفعل .
ب ـ يعزز ثقتها بنفسها . جـ ـ يثقلها بالضغوط .

٧. " الإحساس بالرضا " عن الأبناء يجعلهم يشعرون بالرضا عن أنفسهم :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٨. قول كلمة " لا " كثيراً تحبط الأبناء :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٩. ما الذى يساعد على بناء الشخصية أكثر من غيره ؟

أ ـ القيود . ب ـ الإرضاء المتأخر .

جـ ـ أعمال المنزل الروتينية .

١٠. الاعتراف بعيوبك :

أ ـ يضعف صورتك كمثل أعلى . ب ـ فكرة جيدة .

جـ ـ شيء مرعب للطفل .

١١. الأبناء غير الواثقين فى أدائهم فى حاجة إلى :

أ ـ العزاء . ب ـ أن تخبرهم " عليك بأداء العمل وحسب " .

جـ ـ مواجهة مزيد من التحديات .

١٢. تعريض الطفل لأشياء جديدة يكون غير واثق منها :

أ ـ يخيفه . ب ـ يعزز إحساسه بالاستقلال .

جـ ـ يسبب ارتداداً .

١٣. الإحساس باحترام النفس وتقديرها هو شيء يمنحه الأب لابنه :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

١٤. وضع تحديات معينة يستطيع الطفل أن يكسبها

أ ـ فكرة جيدة . ب ـ تعطى إحساساً زائفاً بالأمان .

جـ ـ خداع .

١٥. عندما يكون الطفل فى مواجهة قرار ما ، يجب على الأبوين أن :

أ ـ يقولا : " عليك أن تقرر وحدك . ب ـ لا يفعلوا شيئاً .

جـ ـ يعطوا إشارات للقرار السليم .

١٦. محاولة حماية ابنك من الفشل :
أ ـ شيء طبيعي وسليم .
ب ـ يعزز الإحساس باحترام الذات وتقديرها .
جـ ـ يضعف الإحساس باحترام الذات وتقديرها .

١٧. الإشارة للأشخاص الناجحين مثل نجوم الرياضة تعطى للأبناء فكرة أن :
أ ـ الدرجات العليا من النجاح صعب الوصول إليها .
ب ـ أنت فى حاجة إلى موهبة فطرية كى تنجح .
جـ ـ النجاح يتطلب عملاً جاداً .

١٨. لابد أن تضع تعريفاً واضحاً للمثابرة والمماطلة على جدران غرفة ابنك :
صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

١٩. تخيل النجاح قبل البدء فى العمل هو فكرة جديدة لا تنجح كثيراً :
صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

٢٠. بغض النظر عن المجهود الذى يُبذل ، من الأفضل أن تمتدح ابنك قليلاً :
صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

٢١. يجب أن يجبر الطفل على أن ينظر إلى عيوبه :
صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

٢٢. يجب أن يكون المديح :
أ ـ محدداً . ب ـ عاماً . جـ ـ متطوراً .

٢٣. فيما يخص ممارسة الركلات بلعبة البيسبول ، الطفل الذى لديه إحساس عال باحترام النفس :

أ ـ سوف يكتّفى بالنشاط نفسه .

ب ـ يجرب الجرى للقاعدة .

جـ ـ يفكر فى الفريق كله .

٢٤. عندما يكون الطفل مهتماً بنشاط ما ، الأفضل أن :

أ ـ تشجعه . ب ـ تمدحه مقدماً .

جـ ـ تجعله يتوقف .

## الإجابات

### الفصل الرابع : غرس الإحساس باحترام الذات وتقديرها

١. أ
٢. ب
٣. أ
٤. أ
٥. ب
٦. جـ
٧. خطأ
٨. خطأ
٩. ب
١٠. ب

١١. أ
١٢. ب
١٣. خطأ
١٤. أ
١٥. أ
١٦. جـ
١٧. جـ
١٨. صح
١٩. خطأ
٢٠. خطأ
٢١. أ
٢٢. أ
٢٣. أ
٢٤. جـ

## الفصل الخامس : تعليم القيم

١. إذا أردت أن تحدد المسئول عن افتقارنا إلى القيم فى هذا الزمان ، سوف يكون :
أ ـ المدرسين . ب ـ الآباء والأمهات . جـ ـ التلفاز .

٢. فى العشرين عاماً الأخيرة ، نسبة انتحار المراهقين :
أ ـ انخفضت . ب ـ تضاعفت .
جـ ـ زادت ثلاثة أضعاف .

٣. نسبة انتحار الراهقين ازدادت بسبب الافتقار إلى الإيمان والقيم :
صح ________ خطأ ________

٤. نادراً ما يتبنى الأبناء آراء جماعات رفاقهم بالضبط :
صح ________ خطأ ________

٥. كى يقاوموا ضغط الرفاق ، يحتاج الأبناء إلى :
أ ـ قيم آبائهم وأمهاتهم . ب ـ دستور أخلاق شخصى .
جـ ـ النصيحة والتشاور .

٦. فكرة جيدة أن تناقش قيم العائلات الأخرى :
صح ________ خطأ ________

٧. القيم مهمة جداً ، يجب أن تبنى حياتنا حولها :
صح ________ خطأ ________

٨. أصاغ المحافظون عبارة " القيم العائلية " :
صح ________ خطأ ________

٩. يجب على الأبناء أن يتعلموا أن الحياة " ما هى إلا خدمة الآخرين " :

صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

١٠. انتقاد السلوك السيئ بما فى ذلك الحكم السيئ على الأمور هو شيء :

أ ـ ضرورى . ب ـ غير ضرورى . جـ ـ مؤذ .

١١. يجب على الأبناء أن يحاولوا تبنى قيم آبائهم وأمهاتهم :

صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

١٢. أفضل طريقة للتعبير عن القيم الأخلاقية هى :

أ ـ تصرفات الأبوين . ب ـ الكلمات . جـ ـ من خلال الدين .

١٣. بدلاً أن تكون رجعياً ، يجب أن تكون فى المقابل :

أ ـ هادئاً . ب ـ تقدمياً . جـ ـ عدوانياً .

١٤. حاول أن تنقل أفكارك بالاستعانة بـ

أ ـ محاضرات قصيرة . ب ـ الأدب . جـ ـ التلفاز .

١٥. سؤالك لابنك ما إذا كان يجب الاشتراك فى كأس الكشافة فكرة جيدة :

صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

١٦. يجب أن يعترف الآباء والأمهات بصراحة لأبنائهم أخطائهم الأخلاقية :

صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

١٧. التحدث مع الأبناء عن " الله " سبحانه وتعالى فكرة جيدة :

صح ـــــــــ خطأ ـــــــــ

١٨. إذا سأل طفل صغير إذا كان " بابا نويل " شخصية حقيقية أم لا :

أ ـ أخبره بالحقيقة . ب ـ أكذب عليه كذبة بيضاء كى لا تفسد عليه الخرافة جـ ـ أكتب إلى القطب الشمالى .

١٩. الأطفال الصغار جداً غير قادرين على تشويه الحقيقة عمداً :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٢٠. عندما يسرق طفل صغير يجب على الأبوين أن :

أ ـ يجعلوا الطفل يدفع الغرامة . ب ـ يتصلوا بالشرطة .

جـ ـ لا يعقبوا كثيراً .

٢١. أعياد الميلاد أفضل وقت يتعلم فيها الأطفال معنى العرفان بالجميل :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٢٢. الشهامة هى " حب فى مقابل حب " أى " أخذ وعطاء " :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٢٣. لابد أن نطلب من الأطفال أن يتقاسموا أشياءهم التى يحبونها مع غيرهم ، مثل اللعب والأيس كريم وما شابه :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٢٤. لدى الأطفال فكرة مشوشة عن العلاقة بين النقود و ... :

أ ـ الحب . ب ـ العمل . جـ ـ النجاح .

٢٥. النقود وسيلة فعالة فى تقويم السلوك ، ويجب على الآباء والأمهات أن يستخدموها أكثر من ذلك فى تقويم سلوك أبنائهم :

صح ــــــــــ خطأ ــــــــــ

٢٦. فكرة جيدة أن تدفع للأطفال مقابل :
أ ـ الأعمال المنزلية الروتينية . ب ـ العمل الإضافى .
جـ ـ التفوق الدراسى .

٢٧. لابد للأطفال أن :
أ ـ يدخروا كل نقودهم . ب ـ يتبرعوا ببعض من نقودهم .
جـ ـ ينفقوا أية نقود يريدونها على أى شيء يريدونه .

٢٨. يستطيع الأطفال الصغار أن يدركوا مفهوم الادخار والاستثمار :
صح ________ خطأ ________

## الإجابات

### الفصل الخامس : تعليم القيم

١. جـ
٢. جـ
٣. صح
٤. خطأ
٥. ب
٦. صح
٧. صح
٨. خطأ
٩. صح
١٠. جـ

١١. خطأ
١٢. أ
١٣. أ
١٤. ب
١٥. خطأ
١٦. صح
١٧. صح
١٨. أ
١٩. صح
٢٠. أ
٢١. خطأ
٢٢. خطأ
٢٣. صح
٢٤. ب
٢٥. خطأ
٢٦. ب
٢٧. ب
٢٨. صح

## الفصل السادس : تشجيع الاجتماعيات

١. أفضل وسيلة للالتحاق بنادى للفتيات أو مؤسسة أعمال أو نادى اجتماعى هى :

أ ـ الرعاية المالية . ب ـ النقود .

جـ ـ المهارات الاجتماعية .

٢. يستطيع الأبناء أن يتعلموا أن يكونوا ودودين :

صح ________ خطأ ________

٣. أحد أهم الأشياء التى تحدد الكفاءة الاجتماعية هى القدرة على أن تترك انطباعاً حسناً على الغرباء :

صح ________ خطأ ________

٤. من الأفضل أن :

أ ـ تطلب من الأبناء أن يقولوا " شكراً " . ب ـ أن تقولها أنت .

جـ ـ أن تؤنبهم تأنيباً إذا لم يقولوها .

٥. كى تُعلم الأبناء السلوكيات عليك أن :

أ ـ تشرح لهم المنطق من ورائها .

ب ـ تؤنبهم عندما يسلكوا سلوكاً غير مؤدب .

جـ ـ تتركهم يتعلمون بشكل طبيعى .

٦. التفاوض حلاً للنزاعات شيء يجب على الصغار أن يتعلموه :

صح ________ خطأ ________

٧. عقد " صفقات " شيء يجب أن يتعلمه الأطفال :

صح ________ خطأ ________

٨. بين سن خمس وعشر سنوات :
أ ـ يكون الأطفال صداقات باقية .
ب ـ يتدربون على اتخاذ الأصدقاء .
جـ ـ يتجنبون عادات تكوين الصداقات .
٩. أهدافك كأب يجب أن تكون منفصلة عن ابنك :
أ ـ فقط عندما يكون مستعداً لذلك .
ب ـ كلما كان ذلك أسرع كلما كان أفضل .
جـ ـ فى مرحلة المراهقة .
١٠. إذا تعرض ابنك للرفض من أحد الأصدقاء ، أفضل شيء تفعله هو أن :
أ ـ تشرح مشكلة مشابهة تعرضت أنت لها .
ب ـ تقلل من حجم المشكلة . جـ ـ تصرفه إلى نشاط آخر .
١١. كى تساعد ابنك الخجول ، ابحث له عن صديق يكون :
أ ـ أكبر منه ب ـ أصغر منه جـ ـ خجولاً أيضاً
١٢. يجب على الأبناء الخجولين أن يتعلموا أن :
أ ـ يتصدوا للتلاميذ المستأسدين .
ب ـ يجتنبوا التلاميذ المستأسدون .
جـ ـ يطلبوا مساعدة المدرسين عندما يتعرض لهم هؤلاء المستأسدين .
١٣. خوف المراهقين حين يمعن النظر إليهم هو :
أ ـ تخيلى . ب ـ حقيقى . جـ ـ مُبرر .

١٤. إذا حاول الطفل أن يتعرف على موضوعات معينة هى محل اهتمام جماعة من الرفاق كى يُقبل بها ، فإن هذا يُعد :
أ ـ تواطؤ . ب ـ إظهار لرغبة كبيرة للالتحاق بهذه الجماعة .
جـ ـ فكرة جيدة .

١٥. فيما يتعلق بالملابس ، يجب على الأبناء أن :
أ ـ يرتدوا ما يرغبون فيه . ب ـ يتجنبوا الأزياء المثيرة .
جـ ـ يشتروها بأنفسهم .

١٦. جماعات الرفاق :
أ ـ تشجع . ب ـ لا تشجع الشخصية الفردية .

١٧. إذا لم يستطع الطفل أن يلتحق بجماعة ما ، عليه أن :
أ ـ ينشئ جماعته الخاصة . ب ـ يثابر حتى يستطيع .
جـ ـ يطلب المساعدة من المدرسين .

١٨. إذا لم تكن متأكداً أن المكان الذى يذهب إليه ابنك " للتسكع " هو المكان المناسب :
أ ـ اتصل بالشرطة . ب ـ اتصل بأب آخر .
جـ ـ اتصل بالمكان نفسه .

١٩. يجب أن تحاول إيقاف صداقات ابنك السلبية :
صح ________ خطأ ________

٢٠. ليس هناك ضرورة للاهتمام الكبير بالقضايا " الخطيرة " مثل الإيدز وتعاطى الهيروين ، فهى مشاكل متأصلة فى المدينة :
صح ________ خطأ ________

٢١. عندما يحاول الرفاق الضغط على الأبناء كى يفعلوا أشياء لا يريدوها ، يجب عليهم أن يلقوا بالمسئولية على عاتق آبائهم وأمهاتهم للهروب من المأزق :

صح ________ خطأ ________

٢٢. تعليم الأبناء أن " قُل لا وحسب " هى فكرة قديمة غير فعالة ومتحفظة :

صح ________ خطأ ________

٢٣. يبدأ الأبناء عادة فى تعاطى المخدرات :

أ ـ لأنهم فى حالة ملل . ب ـ لأنهم لا يقدرون فى منازلهم .

جـ ـ بحثاً عن المتعة .

## الإجابات

### الفصل السادس : تشجيع الاجتماعيات

١. جـ
٢. صح
٣. صح
٤. ب
٥. أ
٦. صح
٧. صح
٨. ب

٩. ب
١٠. أ
١١. أ
١٢. أ
١٣. أ
١٤. جـ
١٥. ب
١٦. ب
١٧. أ
١٨. ب
١٩. صح
٢٠. خطأ
٢١. صح
٢٢. خطأ
٢٣. ب
٢٤. أ
٢٥. ب

# الملحق الثانى

# دليل سريع للقضايا المهمة

لأن هذا الكتاب قد وُضع لآباء وأمهات الأطفال من كل الأعمار ، لذلك فنحن فى هذا الملحق نلقى الضوء على النقاط الرئيسية التى وردت فى كل فصل من فصول الكتاب مع الإشارة إلى المجموعة العمرية التى تختص بها .

وقد رمزنا إلى المجموعات العمرية المختلفة بالرموز التالية :

( ق ) ترمز لسن ما قبل المدرسة من سن يوم : ٦ سنوات

( س ) ترمز لسن المدرسة من سن ٧ : ١٢ سنوات

( هـ ) ترمز لسن المراهقين من سن ١٣ : ١٨ سنوات

( ك ع ) ترمز لكل الأعمار

تذكَّر أيضاً ، أن هناك تفاوتاً كبيراً يحدث بين الأطفال ، حيث إن بعضهم يبلغ قبل البعض الآخر ؛ لذلك فقد تنطبق قضية ما على الطفل فى أحد الأعمار المذكورة أو قد لا تنطبق . لقد وضعنا هذا الدليل

كخطوط عريضة وحسب ، مثله مثل كل المعلومات التى وردت فى هذا الكتاب ؛ لذلك عليك أن تستشير متخصصاً إذا واجهت مع ابنك مشكلة من المشاكل التى ناقشناها فى هذا الكتاب .

## الفصل الأول : التواصل

### من صفحة ٢٩ إلى صفحة ٧٩

المرحلة العمرية :

| | |
|---|---|
| ( ق ) | يجد الأطفال صعوبة فى جذب انتباه الآخرين . |
| ( هـ ) | يريد المراهقون من آبائهم وأمهاتهم أن يشاركوهم أحزانهم وأفراحهم |
| ( ق ) | التحدث إلى الأطفال . |
| ( س ) | الطفل الذى على أبواب المراهقة يقول أشياء لا يعنيها |
| ( س ، هـ ) | يتراجع الأبناء إلى عالمهم الخاص حتى لا يستمعوا لآبائهم . |
| ( ك ع ) | احترام حق الأبناء فى الخصوصية والامتناع عن الكلام |
| ( هـ ) | الآباء والأمهات يتحدثون ويحاضرون أكثر كثيراً مما يستمعون . |
| ( ك ع ) | فجوة التواصل : تجعل الأبوين والأبناء لا يتحدثون لبعضهم البعض . |
| ( ك ع ) | هل تنصت لما يقوله ابنك ؟ هل تستمع إليه بعقل |

متفتح ؟

( هـ ) فجوة الأجيال ـ الملابس والموسيقى ـ هل يُسمح لابنك المراهق بالتعبير عن نفسه ؟

( ك ع ) سيطر على عواطفك .

( ك ع ) تحدث بهدوء وبأسلوب منطقى .

( ق ، س ) يجب على الأزواج أن يتجنبوا الجدل والاضطهاد اللفظى أمام أطفالهم الصغار .

( ك ع ) " قانون الأدب " : غير مسموح بالصراخ .

( ك ع ) انحراف الحديث : إلى الانتقاد والاتهام وما شابه.

( ق ) لا تدفع ابنك ولا تساعده على النطق بجملة ما .

( ك ع ) تقبل الصمت ، إنه شيء طبيعى . لا تُصر على الحديث .

( ك ع ) اجعل من التواصل شيئاً مقبولاً بالسلوك والتعبير السليم

( ك ع ) كُن متواجداً حين يريد أبناؤك الحديث معك .

( ق ) الأطفال فى حاجة لمن يستمع إليهم .

( هـ ) حدد أوقاتاً معينة للحديث ، وأخرى للصمت أيضاً .

( هـ ) شجع نفسك على مناقشة الموضوعات الحرجة بصراحة .

( ك ع ) تجنب المحاضرات ، اعتمد على الاستماع .

( ك ع ) تعلم أن تستمع وأن تجيب . شارك ، استخدم هيئتك ، واحتفظ بعقل متفتح .

( ك ع ) تجنب الرسائل التى تبدأ بـ " أنت " ، واستخدم

" اهتم ".

( س ، هـ ) اشرح تأثير سلوك ابنك عليك .

( س ، هـ ) وافق على مبدأ التسوية ، " استسلم " إذا لزم الأمر ، تعاون فى الحل بأن تقترح اختيارات .

( هـ ) تجنب الرسائل المختلطة وكُن محدداً .

## الفصل الثانى : تشجيع النمو الفكرى

### من صفحة ٨١ إلى صفحة ١٣٩

المرحلة العمرية :

( س ، هـ ) الحفظ الصم لا يُعلم الأبناء كيف يفكرون .

( هـ ) القدرات الرياضية لدى المراهقين ضعيفة بسبب ضعف القدرة على الاستنتاج التحليلى الابداعى .

( س ) لا يعرف أبناء الصف السادس من هو " بيتهوفن " .

( هـ ) لا يفوت الأوان أبداً على تطوير العادات الدراسية .

( ق ، ى ) وفر بيئة منزلية تشجع الإبداع والأفكار الحرة .

( ك ع ) شجع الإبداع من خلال الفنون المختلفة مثل الغناء والرسم .

( ك ع ) لا تصحح لأبنائك وهم يعبرون عن إبداعاتهم .

( ك ع ) ابتهج للأفكار الجديدة ورحب بها .

( س ، هـ ) لابد أن يربط الأبناء بين الإبداع والتفكير

الانتقادى .

( ق ) خرافة : مهما كان معدل الذكاء الذى تولد به فسوف يظل على حاله .

( س ) الذكاء شيء أكبر من نسبة معدل الذكاء وحسب .

( ك ع ) ركز على إمكانيات طفلك وليس معدل ذكائه .

( ق ) تنمو عقول الأطفال بالاستجابة للبيئة المحفزة .

( ك ع ) انتبه للحظات نحو الإدراك .

( ق ) تجنب التحفيز المبالغ فيه ، واجعل ابنك دليلك فى هذا .

( ك ع ) على الآباء والأمهات أن يوفروا بيئة غنية فكرياً .

( ق ) القراءة هى أهم مراحل التطور الفكرى المبكر .

( س ) تؤثر عادات الآباء والأمهات فى القراءة على عادات الأبناء فى القراءة .

( س ) تخير موضوعات قراءة تكون التحديات مضمونها .

( ق ) اغرس فى ابنك الرغبة فى القراءة ، اجعله يهتم بالكتب .

( ك ع ) أسس كفاءة ابنك الفكرية بتشجيعه على التفكير المستقل ، لا تساعده على التفكير .

( ق ) التزم بقواعد النمو الفكرى التى تبدأ بـ " افعل "

( ق ) أسس بيئة تعليمية .

( ق ، س ) طور أداء أبنائك المعرفى بأن تجعلهم يتحدثون عن الأنشطة التى يمارسونها .

( س ، هـ ) اسأل أسئلة ذكية عن النزهات والرحلات الميدانية .

( س ) اجعل الأبناء يستخدمون لغة محددة وتجنب التفكير ( الكسول ) .

( ك ع ) استخدم الدعابة والتورية والألعاب الذهنية فى تدريبهم فكرياً .

( س ، هـ ) علمهم العلاقة بين الأرقام ، لا الأرقام وحسب .

( س ، هـ ) تفاعل مع المدرسة والمعلمين والأنشطة المصاحبة .

( هـ ) علمهم النظام وتحديد الأهداف .

( هـ ) علم ابنك أن يتجنب إهدار الوقت ، وقم بالإشراف على استذكاره .

( هـ ) علم ابنك أن يستذكر دروسه بفاعلية .

## الفصل الثالث : التأديب

### من صفحة ١٤١ إلى صفحة ١٨٨

المرحلة العمرية :

( ك ع ) اسمح بقدر من الحرية مصحوباً بتوجيهات محددة .

( ك ع ) شجع الاعتماد على النفس وليس الاستسلام .

( ق ) لا تستسلم لطلبات الأبناء .

( ق ) الحزم لا يخلو من معنى .

( ق ) كلما تقلص ما يتلقاه الأبناء من تأديب ، كلما تقلص الاحترام الذى يحصلون عليه .

( ك ع ) التأديب الحاسم ينتج عنه أبناء يتسمون بالهدوء .

| | |
|---|---|
| ( ك ع ) | الأسلوب الآمر يكون مقبولاً عندما يكون معتدلاً . |
| ( ك ع ) | تجنب الأسلوب المتسلط والأسلوب المتساهل في تربيتك لأبنائك . |
| ( هـ ) | عندما يكبر الأطفال ، خفف قبضتك عنهم . |
| ( س ، هـ ) | توقع المشكلات ، ابحثها في اجتماعات العائلة . |
| ( س ، هـ ) | ضع القواعد والتزم بها . |
| ( س ، هـ ) | عامل الأطفال بنفس الاحترام الذى تعامل به الكبار . |
| ( س ، هـ ) | كُن حاسماً عندما يتجاوز الأبناء الحدود . |
| ( هـ ) | استخدم العقود المكتوبة |
| ( ك ع ) | الملاحظات الانتقادية تؤذى مشاعر الأبناء |
| ( س ) | إمساك العواطف يتسبب فى تأثير عكسى . |
| ( س . هـ ) | النتائج الطبيعية تعلم ضبط النفس . |
| ( ق ، س ) | الصفعات ضرورية أحياناً . |
| ( ق ، س ) | تفهم مسببات السلوك السلبى . |
| ( ق ، س ) | يسئ الأبناء السلوك غالباً بسبب الإحباط . |
| ( س ) | لا تبالغ فى سلطاتك الأبوية . |
| ( س ، هـ ) | تجنب التسجيل للأبناء . |
| ( ك ع ) | أدب بدون غضب . |

# الفصل الرابع : غرس احترام الذات وتقديرها

## من صفحة ١٨٩ إلى صفحة ٢٣٨

المرحلة العمرية :

| | |
|---|---|
| ( ك ع ) | يعانى غالبية الأطفال هذه الأيام من ضعف فى الإحساس باحترام الذات . |
| ( ك ع ) | احترام الذات سائل الحياة بالنسبة للصحة العقلية . |
| ( ك ع ) | كل إنسان فى حاجة للإحساس بالتأييد والمساندة . |
| ( س ) | الأطفال الذين لا يشعرون بالأمان قد يصبحون معاقين عاطفياً . |
| ( س ) | لا يمكن تنمية الإحساس بقيمة النفس ، بدون التأييد الأبوى . |
| ( س ) | الأطفال الذين يعانون من فقدان الاعتزاز بالنفس لهم صفات مميزة . |
| ( هـ ) | عشرون بالمائة فقط من الفتيات المراهقات يشعرون بالرضا عن مظهرهن . |
| ( ك ع ) | قد يسبب الاضطهاد اللفظى والبدنى القاسى الذى يمارسه الآباء والأمهات فى تقويض الإحساس باحترام الذات . |
| ( س ) | يقوى التفكير والمناقشات الشفهية الإحساس باحترام الذات |

| | |
|---|---|
| ( ك ع ) | يتسبب الاضطهاد فى الإحساس بالارتباك والخزى والخوف . |
| ( س ، هـ ) | لا تقارن الأخوة والأخوات بعضهم ببعض |
| ( ك ع ) | ليس من الضرورى أن تعبر عن الحب دائماً بالكلام . |
| ( ك ع ) | الهزائم ما هى إلا خبرات تعليمية . |
| ( س ، هـ ) | شجع الأبناء على المشاركة فى الأنشطة . |
| ( ق ، س ) | قول " لا " للأطفال من الأشياء التى تبنى الشخصية . |
| ( س ، هـ ) | استشهد بقصص عن الصعوبات التى واجهتك أنت فى حياتك . |
| ( ق ) | يمكنك أن تشجع ابنك على الاستقلال بأن تعرفه على أناس وأنشطة جديدة . |
| ( س ، هـ ) | شجع الأبناء على مواجهة التحديات والمثابرة |
| ( س ، هـ ) | تجنب المماطلة . |
| ( س ، هـ ) | اجعل الأبناء يتخيلون النجاح . |
| ( س ، هـ ) | المديح يكتسب ولا يمنح . |
| ( س ، هـ ) | لا تنس أن تمتدح حين يكون المديح مبرراً . |
| ( ك ع ) | الجوائز الفعلية أو العاطفية هى الأكثر قيمة وقدراً . |

# الفصل الخامس : تعليم القيم

## من صفحة ٢٣٩ إلى صفحة ٢٩٤

المرحلة العمرية :

( ك ع ) التلفاز يشوه نظرتنا للواقع والقيم .

( ك ع ) يتم تقديم الجرائم فى إطار مثير وجذاب على شاشة التلفاز .

( هـ ) عندما يغفل الآباء ، يتحول الأبناء إلى رفاقهم ليستقوا منهم القيم .

( س ، د ) تنافس الآباء والأمهات يمنع المشاركة فى القيم الحقيقية .

( ك ع ) القيم هى أساس الحياة .

( ك ع ) نحن فى حاجة على إعادة اكتشاف التقاليد العائلية .

( س . هـ ) مازالت القيم تنقل من خلال الأمثال والأقوال المأثورة .

( س ، هـ ) لابد أن يؤمن الأطفال بصدق القيم .

( س . هـ ) تعلم كيفية إصدار أحكام أخلاقية هو مهارة تدريجية .

( س . هـ ) لا يستطيع الآباء والأمهات أن يملوا الأخلاق

( ك ع ) يستطيع الآباء والأمهات أن يكونوا أصدقاء وضباط شرطة

( ك ع ) القاعدة الذهبية مازالت قائمة .

( هـ ) كُن تقدمياً لا رجعياً .
( ك ع ) استخدم الأدب فى تعليم الأخلاق .
( ق ) اسأل الأبناء أسئلة صادقة .
( ق ) الكذب والسرقة جزء من الطفولة .
( هـ ) الحياة هى مشاركة ومساعدة .
( س ) يأتى التواضع من العرفان بالجميل .
( س ) عَلم الأطفال أنهم لا " يخسرون " بالعطاء .
( ق ، س ) يستطيع الصغار أن يتعلموا أن الحياة تتضمن الجود بأنفسهم
( ك ع ) التعليم شيء ثمين .
( س ) الأطفال فى حاجة لأن يعرفوا العلاقة بين العمل والنقود .
( س ) لا تستخدم النقود كوسيلة تربوية .
( ق ، س ) يجب أن يتعلم الأبناء أن يدخروا النقود وينفقوها ويجودوا بها .

## الفصل السادس : تشجيع الاجتماعيات

### من صفحة ٢٩٥ إلى صفحة ٣٤٠

المرحلة العمرية :
( س ، هـ ) يجب أن يشعر الطفل أنه جدير بأن يُتخذ كصديق .
( س ، هـ ) المهارات الاجتماعية الجيدة هى شيء حاسم

وحيوى للنجاح فى الحياة .

( هـ ) الأشخاص الناجحون اجتماعيا هم هؤلاء الذين يلبون احتياجات الآخرين .

( ق ) عرف ابنك على العالم خارج المنزل .

( ق ) الأطفال فى حاجة لأن يتعلموا السلوكيات .

( ق ، س ) التفاوض والمساومة من المهارات المهمة بالمدرسة .

( س ) اعقد صفقات بسيطة مع ابنك .

( س ، هـ ) اجعل ابنك يراك وأنت تعقد صفقات .

( س ، هـ ) المشاريع الجماعية تعلم التعاون .

( س ) الابتعاد عن الآباء والأمهات والاتجاه إلى الأطفال الآخرين هو علامة صحية .

( هـ ) الآباء والأمهات الأصحاء يساعدون أبناءهم على الخروج ومغادرة العُش .

( س ، هـ ) أعز الأصدقاء يساعد الأبناء على تحمل ضغوط البلوغ .

( س ، هـ ) تجنب الإفراط فى السيطرة حتى يستطيع الأبناء أن يحققوا هوياتهم وأن يقاوموا ضغوط الحياة .

( هـ ) إحدى الصفات الرئيسية لمرحلة المراهقة هى أن يبدو المراهق " الصورة المثلى ".

( هـ ) أخبر ابنك أن فى الحياة أشياء أهم من المظهر .

( هـ ) مجموعات الرفاق التى قد يرغبها الجميع قد تكون غير جديرة بذلك .

( س ، هـ ) يجب أن تعرف مع من وإلى أين يذهب ابنك للتريض .

( ك ع ) من الممكن أن يكون لك دور فى تحديد من يكون صديق ابنك .

( س ، هـ ) أعلن اعتراضك على الصداقة السلبية .

( هـ ) كُن حليف ابنك فى صموده أمام الضغوط التى تدفعه لتعاطى المخدرات .

( س ، هـ ) اشرح لأبنائك خطر المخدرات .

( هـ ) استخدم أسلوب من القلب للقلب فى الحديث مع ابنك وليس أسلوب المحاضرات .

( هـ ) عد ابنك للحياة بأن تخبره عنها ثم تثق فى قدرته على فهمها .

## الملحق الثالث

# عن المقابلات

على الرغم من وجود الخلفية والخبرة والصلاحية ، وكلها أشياء كانت متوفرة لدينا وتؤهلنا لعمل دراسة علمية ، فقد فضلنا أن نسلك الطريق الصحفى فى إنجاز هذا المشروع . لقد حاولنا أن نختار قطاعاً عريضاً من العائلات ، لكننا لم نحاول أن نأخذ عينة عشوائية علمية يكون لها أهميتها الإحصائية ، واستعضنا عن ذلك بتوصيات وعروض وتقبديم من رؤساء ومديرى المدارس وآخرين كانوا مهتمين بالمشاركة فى هذا المشروع .

كان هدفنا واضحاً : كنا نريد أن نعرف سياسات الآباء والأمهات الناجحين ، وحكمتهم ، والسمات الغالبة على سلوكياتهم . فضلنا أن ينصب بحثنا فى أغلبه على التلاميذ فى المرحلة الثانوية حتى نستطيع أن نتعرف على نماذج قد أثبتت تميزاً وحققت إنجازات مهمة . وفى بعض المناسبات أيضاً ، رُشح لنا طلاب فى المرحلة

الجامعية أو أكبر ومرات أخرى تلاميذ أصغر سناً - إذا شعرنا أن إسهامات آبائهم وأمهاتهم جديرة بالملاحظة .

كنا نبحث عن مزيج من المعتقدات والأساليب عندما يمزجا معاً ، يشكلا صورة مكتملة أو " منظراً " يقف جنباً إلى جنب مع التصور العلمى . وبعد تصنيف كل البيانات التى جمعناها ، كانت حصيلتنا هى العناصر الست وما وراءها من قصص وحكايات .

كانت الخطوط المكونة لصورة الأبوة واضحة وبينة سهل إدراكها ليس فقط بالتحليلات الإحصائية ، ولكن أيضاً بالمراقبة وبالحس الباطنى والبصيرة التى أتت من الأحاديث الصادقة والصادرة من القلب وإلى القلب مع آباء وأمهات أحبوا أبنائهم كثيراً .

لقد عثرنا على العائلات التى اتخذناها نماذجاً لهذه الدراسة بعد مراسلات واتصالات كثيرة مع مديرى المدارس والمدرسين والآباء والأمهات فى أرجاء أمريكا كلها من الشاطئ الغربى إلى إنجلترا الجديدة ، فى مدن سان فرانسيسكو ، ولوس أنجلوس ، سان دياجو ، هارتفويد . بوسطن ، نيويورك وميامى .

لقد اتصلنا بمسئولى التعليم فى عدد كبير من المدن الداخلية وضواحى المدارس الحكومية إلى الأقل منها من المدارس الخاصة والريفية .

كان بعض الآباء الذين التقينا بهم جراحين ، والبعض الآخر عمال كادحين كان تعليمهم يتفاوت وكذلك بنيتهم العائلية ، فقد كان حوالى ثلث عدد الأبناء الذين تحدثنا معهم من عائلات لها عائل واحد ، ولكن كان لها أيضاً بيئة ومناخ العائلة التى لها أب وأم .

التقينا بعائلات من مختلف الأعراق والديانات ، أفارقة ، أمريكان ، آسيويون ، قوقازيون ، أسبانيون والقادمون من جزر المحيط الهادى .

أجرينا نحن بأنفسنا أكثر من ثمانين لقاءً مع آباء وأمهات وتلاميذ من عائلات موصى بها من قبل مسئولى التعليم ، ثم تحدثنا لحوالى خمسين آخرين أحالوهم إلينا الآباء والأمهات الذين التقينا بهم ، وآخرون من معارفهم وجيرانهم وزملائهم وعملائهم ورجال الدين من هؤلاء الذى يعرفون أبناء اعتقدوا أنهم يصلحون كنماذج لدراستنا .

كانت الأسئلة التى نسألها تتطور مع تقدم اللقاء . كانت بعض الأسئلة تلاقى اهتماماً ، والبعض الآخر لم يلق أى اهتمام . كنا نستخدم الاستفتاء أو مجموعة الأسئلة التى معنا كخطوط عريضة ؛ لأننا كنا نريد أن نعرف ما القضايا الهامة بالنسبة للآباء في موضوع تنشئة الأبناء دون تأثير منا عليهم . فى أحيان كثيرة كان جزء صغير فقط من هذا الاستفتاء يتم الإجابة عليه ، فقد كان الآباء والأمهات يعبرون دفة الحديث ليتحدثوا عن قضايا معينة تهمهم ، وكنا نشجع هذا .

ولكى نحصل على إجابات تلقائية ، فى البداية كنا لا نرسل الاستفتاء إلى العائلة قبل زيارتنا لها وكنا نستخدمه فقط أثناء اللقاء كمسودة عمل ، ثم غيرنا هذا النظام وأصبحنا نرسل الاستفتاء قبل إجراء اللقاء حتى يستطيع الآباء والأمهات التفكير فى الحادثة أو العمل الذى يمكن أن يفيدنا ، كان هذا الأسلوب أكثر توفيقاً فى جعلنا نحصل على أفضل الأمثلة التى كنا نبحث عنها ؛ لأنه كان يعطى الآباء والأمهات فرصة للتفكير بدلاً من أن نضغط عليهم كى يتذكروا

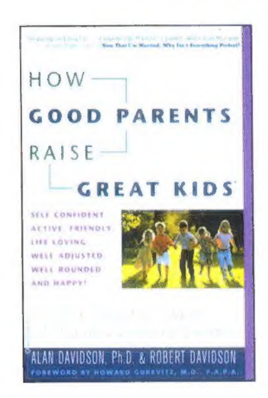
ثمانية عشر عاماً من عمر أبنائهم . وكنا نؤكد لهم أننا سوف نغفل الأسماء أو نغيرها قليلاً حتى نحافظ على خصوصياتهم .

كنا عندما نلتقى بأحد هذه النماذج ، نشكرهم على إتاحة الوقت لنا كى نتحدث معهم ، ثم نشرح الهدف من اللقاء مرة أخرى . هل تسجيلنا للقاءات أو إدراكهم لحقيقة أننا قد اخترنا عائلاتهم كمثال نموذجى قد أثر على أو شوه إجاباتهم بأية طريقة ؟ لا نعتقد ذلك . لقد كنا نؤكد لهم أن الغرض من التسجيل هو ألا نضطر لكتابة كل ما يقال ونسألهم أن ينسوه تماماً .

وكانوا جميعاً يفعلون ذلك ولم يطلب أحد منا ألا نستخدمه . لقد تمت كل اللقاءات بصورة شخصية ، وجهاً لوجه باستثناء عدد قليل منها تم عبر الهاتف ، بما فى ذلك بعض المتابعات اللاحقة التى كانت تتم عبر التليفون . كان هدفنا تجميع بيانات من أكبر عدد ممكن عبر قطاع عريض جداً ثم تأليف نماذج محددة من خلالها نتابعها مع آباء آخرين . أعتقد أننا قد حققنا هذا الهدف .

# هل تريد أن يكون لك أبناءٌ عظام؟

## إليك أسرار التربية الجيدة من أناس يعرفونها جيداً!




لماذا يتفوق بعض الأبناء على أقرانهم؟ لماذا يستطيع بعض الآباء أن يتواصلوا ويتفاهموا مع أطفالهم في حين أن آخرين لا يستطيعون ذلك؟ كيف ينشئ الآباء الأكفاء أبناءً عظاماً؟ هذا الكتاب يصيب لب الموضوع مباشرة، إنه يدخل بيوت وحياة الأطفال المنضبطين والواثقين بأنفسهم والذين تم اختيارهم بعناية - ليكونوا نماذج توضع في هذا الكتاب - من قبل مديري المدارس الثانوية من كل بقاع الولايات المتحدة. ويتحدث أولياء أمور أولئك الأبناء عن الأساليب المجدية وغير المجدية في التربية بداية من الطفولة وحتى نهاية سنوات المراهقة؛ مشاركين إيانا السبل البارعة التي واجهوا بها الاختيارات الصعبة والمواقف القاسية في تلك المراحل المختلفة.

ومن خلال الأمثلة الواقعية التي يضربها هؤلاء الخبراء - آباء كل يوم - تبدأ أنت في تكوين منظور عام عن أحد نماذج تربية الطفل الفعالة. إن هذا الكتاب - الذي يعالج موضوعاً لم يسبق معالجته من قبل - يبين لك كيف تكتسب العادات الجوهرية الست للآباء الذين بلغوا ذروة النجاح في التربية وهي:

- كيفية غرس نمطي الاستقامة والقيم في الأبناء مدى الحياة.
- كيفية وضع حدود حازمة وفرض النظام - دون أن تجعل من طفلك عدواً لك.
- كيفية التأكيد على احترام الطفل لنفسه كل يوم.
- كيفية معالجة أي أزمة بطريقة فعالة وعادلة وودية.
- كيفية تعزيز قدرة طفلك من أجل النجاح وذلك من خلال تطوير مهاراته الاجتماعية.
- كيفية تشجيع التطور الفكري.
- كيفية التحدث في المسائل العاطفية والمخدرات وموضوعات صعبة أخرى.

«إنه كتاب بسيط لكنه يحمل العديد من المعاني السامية.. فهو دليل واقعي ومرن وعملي ومحترم سيكون بمثابة الشمعة التي تضيء لك طريق تربية الأبناء.. الآن ما هي حجتك ولديك مثل هؤلاء الآباء كمستشارين؟»

- فيليب كافانوج، حاصل على الماجيستير وهو عالم نفساني ومؤلف كتاب «الإدمان الكبير».

«إنه كتاب إيجابي ومبتكر.. عملي ومشجع»

- اليزابيث واجلي ورينيه بارون مؤلفا كتاب «اكتشف تسعة أنواع من البشر».







